الطفولة مشاكل وحلول





محمد أمين

الحرية
للنشر والتوزيع

الناشــر



للنشر والتوزيع

3 ميدان عرابى ـ القاهرة

تليفون: 01223877921 ـ 01112227423

فاكس: 20225745679+

darelhorya@yahoo.com

التنفيذ الفنى



رقم الإيداع: 2013/16026

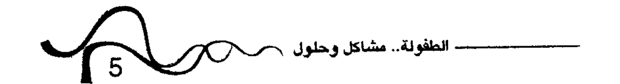
الترقيم الدولى: 978-977-746-030-9



مقدمة

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله معلم البشرية رسول الهداية وناصح الأمة وبعد:

نعلم ما للطفولة من أهمية فى تكوين بدايات شخصية الإنسان، ومالها من تأثير فى بقية أيام حياته، ولذلك فالطفولة هى أهم مراحل النمو النفسى للشخص فهى الحجر الأساس لتكوين شخصية الطفل وإذا تم بناءه بصورة صحيحة وسليمة نتج عنها شخص مثالى يستطيع مواجهة صعوبات الحياة بكل ثبات.ومن هذا المنطلق كانت مناقشتى لبعض مشاكل الطفولة وأسبابها وسبل الوقاية منها وعلاجها حال حدوثها، ولقد ركزت على العادات التى تنتشر عادة فى المدارس، كالسرقة



والغـيــرة والكذب، والخــوف، والإنطواء والعــزلة، والخجل والقلق.

وكـذلك التـبـول اللاإرادى وأخـيـراً مـشكلة مص الإبهام.

وقد لاحظت أنه فى أغلب الأحيان يتم التعامل مع هذه المشــاكل بطريقــة خـاطئـة من قـبل الآباء، وهذه المعـاملة تؤثـر سلبـيـاً على شـخـصـية الطفل، وتظهـر نتائجها السلبية فى مراحل متأخرة من عمره.

وقـد تحـريت أنجع طرق العـلاج لهـذه المشـاكل وأصحـها، والتى يمكننـا من خلالهـا حل المشـاكل دون التأثير سلبياً على نفسية الطفل..

والله أسـأل أن يوفـقنى لخـيـر القـول والعـمل، إنه ولى ذلك والقادر عليه

■ ■ ■

أطفالنا..

..والتربية النفسية

تؤثر الخلافات بين الأب والأم على النمو النفسى السليم للطفل، ولذلك على الوالدين أن يلتــزمــا بقـواعـد سلوكيـة تسـاعـد الطفل على أن ينشـأ فى توازن نفسى، ومن هذه القواعد :

أولاً: الاتفاق على نهج تربوى موحد بين الوالدين

- إن نمو الأولاد نمواً انفـعـاليـاً سليـمــاً وتناغم تكيفهم الاجتماعى يتقرر ولحد بعيد بدرجة اتفاق الوالدين وتوحد أهدافهما فى تدبير شؤون أطفالهم. على الوالدين دوماً إعادة تقويم ما يجب أن يتصرفا به حــيــال سلوك الطفل، ويزيدا من اتصــالاتهـمــا ببـعـضـهـمـا خـاصـة فى بعض المواقف السلوكيـة الحساسة، فالطفل يحتاج إلى قناعة بوجود انسجام وتوافق بين أبويه.

ـ شعور الطفل بالحب والاهتمام يسهل عملية الاتصال والأخذ بالنصائح التى يسديها الوالدان إليه.

مثال على ذلك الاضطراب الانفعالى الذى يصيب الولد من جراء تضارب مواقف الوالدين من السلوك الذى يبديه:

زكريا عمره أربعة أعوام يعمد إلى استخدام كلمات الرضيع الصغير كلما رغب فى شد انتباه والديه، وبخاصة أمه إلى إحدى حاجاته فإذا كان عطشاً فإنه يشير إلى صنبور الماء قائلاً: "أمبو.. أمبو" للدلالة على عطشه.

ترى الأم فى هذا السلوك دلالة على الفطنة والذكاء لذا تلجأ إلى إثابته على ذلك، أى تلبى حاجته فتجلب له الماء من ذاك الصنبور.

أما والده فيرى أن الألفاظ التى يستعملها هذا الولد كريهة، فيعمد إلى توبيخه على هذا اللفظ الذى

لا يتناسب مع عمره. وهكذا أصبح الطفل واقعاً بين جذب وتنفير، بين الأم الراضية على سلوكه والأب الكاره له ومع مضى الزمن أخذت تظهر على الطفل علامات الاضطراب الانفعالى وعدم الاستقرار على صورة سهولة الإثارة والانفعال والبكاء، وأصبح يتجنب والده ويتخوف منه.

ثانياً: أهمية الاتصال الواضح بين الأبوين والولد

على الوالدين رسم خطة موحدة لما يرغبان أن يكون عليه سلوك الطفل وتصرفاته.

شجع طفلك بقدر الإمكان للإسهام معك عندما تضع قواعد السلوك الخاصة به أو حين تعديلها، فمن خلال هذه المشاركة يحس الطفل أن عليه أن يحترم ما تم الاتفاق عليه؛ لأنه أسهم فى صنع القرار.

على الأبوين عدم وصف الطفل بـ(الطفل السيئ) عندما يخرج عن هذه القواعد ويتحداها، فسلوكه

السيئ هو الذى توجه إليه التهمة وليس الطفل، كى لا يحس أنه مرفوض لشخصه مما يؤثر على تكامل نمو شخصيته مستقبلاً وتكيفه الاجتماعى.

مثال على المشاركة فى وضع قواعد السلوك:
هشام ومحمد طفلان توأمان يحبان أن يتصارعا دوماً فى المنزل، وهذه المصارعة كانت مقبولة من قبل الوالدين عندما كانا أصغر سناً (أى: فى السنتين من العمر) أما فى عمر أربعة أعوام فإن هذا اللعب أضحى مزعجاً بالنسبة للوالدين.

جلس الوالدان مع الطفلين وأخذا يشرحان لهما أن سنهما الآن يمكنهما من أن يفهما القول، ولابد من وجود قواعد سلوكية جديدة تنظم تصرفاتهما وعلاقاتهما ببعضهما.

بادر الولدين بالسؤال: هل يمكننا التصارع فى غرفة الجلوس بدلاً من غرفة النوم؟ هنا وافق الأبوان على النظام التالى: المصارعة ممنوعة فى أى مكان من المنزل عدا غرفة الجلوس.

- عندما يسن النظام المتفق عليه لابد من تكرار ذكره والتذكير به، بل والطلب من الأطفال أو الطفل بتكراره بصوت مسموع.

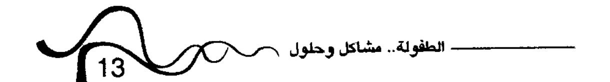
كيف تعطى الأوامر الفعالة؟

"أحمد، أرجوك.. اجمع لعبك الملقاة على الأرض وارفعها إلى مكانها".. عندما تخاطب ابنك بهذه اللهجة فمعنى ذلك أنها طلب.

أما عندما تقول له: "أحمد، توقف عن رمى الطعام أو تعال إلى هنا وعلق ملابسك التى رميتها على الأرض" فإنك تعطيه أمراً ولا تطلب طلباً.

- يتعين على جميع الآباء إعطاء أوامر أو تعليمات حازمة وواضحة لأطفالهم، وبخاصة الصعبين منهم إزاء سلوكيات فوضوية أو منافية للسلوك الحسن، وليس استجداء الأولاد والتوسل إليهم للكف عنها.

- إذا قررت الأم أن تطبق عقوبة الحجز فى غرفة من غرف المنزل لمدة معينة (وهذه عقوبة فعالة فى



التـأديب وتهـذيب السلوك) عليهـا أن تأمـر الولد أو البنت بتنفيذ العـقوبة فورا وبلا تلكؤ أو تردد. الأمـر الذى نعنيه ليس معناه أن تكون عسكرياً تقود أسرتك كمـا يقـود القـائد أفـراد وحـدته العسـكرية، وإنما أن تكون حازماً فى أسلوبك.

متى تعطى الأوامر للطفل؟

تعطى الأوامر للطفل فى الحالتين التاليتين:

١ ـ عندمـا ترغب أن يكف الطفل عن الاستـمـرار فى سلوك غـيـر مـرغـوب، وتشـعـر أنه قـد يعصيك إذا ما التمست منه أن يتخلى عنه.

٢ ـ إذا وجـــدت أن على طفلك إظهـــار سلوك خاص، وتعتقد أنه سيعصيك لو التمست منه هذا إظهار هذا السلوك.

كيف تعطى الأوامر للطفل؟

لنفـتـرض أنك دخلت غـرفـة الجلوس فـوجـدت أحـمـد، ابنك الصـعب القـيـادة، يقـفـز على مـقـاعـد

الجلوس القماشية قفزاً مؤذياً للفراش الذى يغلف هذه المقاعد، وقررت إجبار الولد على الكف عن هذا اللعب التخريبى.

هنا تعطى تعليماتك بالصورة التالية:

١ - قطب وجهك واجعل العبوس يعتلى أمارات الوجه.

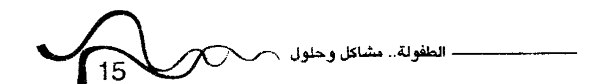
٢ - سدد إليه نظرات حادة تعبر عن الغضب والاستياء.

٣ - ثبت نظرك فى عينيه وناده باسمه.

٤ - أعطه أمراً حازماً صارماً بصوت قاس تقول فيه: "أحمد.. أنت تقفز على المقاعد، وهذا خرق للنظام السائد فى البيت.. كف عن هذا السلوك فوراً ولا تقل كلمة واحدة".

٥ - يجب أن يكون الأمر واضحاً وغير غامض.

مثال: إذا أمرت طفلك بالصيغة التالية: "سميرة تعالى إلى هنا وضعى هذه الألعاب على الرف" فإنها



بهذا الأمر الواضح لا عذر لها بالتذرع بأى شىء يمنعها من التنفيذ.

أما لو قلت لها: "لا تتركى الألعاب ملقاة هكذا" فإنها ستتصرف وفق ما يحلو لها عكس مرادك ورغبتك؛ لأن الأمر كان غير واضح.

٦ ـ لا تطرح سؤالاً ولا تعط تعليقاً غير مباشر عندما تأمر ابنك أو ابنتك، فلا تقل له: "ليس من المستحسن القفز على المقاعد"، ولا أيضاً "لماذا تقفز على المقاعد؟" لأنه سيرد عليك، وبذلك تعطى لطفلك الفرصة لاختلاق التبريرات، فالقول الحاسم هو أن تأمر طفلك بالكف عن القفز دون إعطاء أى تبرير أو تفسير.

٧ ـ إذا تجاهل الطفل أمرك وتمادى فى سلوكه المخرب ليعرف إلى أى مدى أنت مصر على تنفيذ أمرك هنا لا يجب عليك اللجوء إلى

الضـرب أو التـهـديد لتـأكـيـد إصــرارك على أمـرك، فـمـثل رد الفعل هذا قد يعـقـد الموقف ويزيد عناد الولد وتحـديه لك. الحل بسـيط نسـبيـاً: مـا عليك إلا أن تلجـأ إلى حـجـزه فى مكان ما من البيت لمدة معينة.

ثالثاً: يحتاجون إلى الانضباط والحب معاً

الانضبـاط يعنى تعليم الطفل السيطـرة على ذاته والسلوك الحسن المقبـول وطفلك يتعلم احـترام ذاته والسـيطرة عليـهـا من خـلال تلقى الحب والانضبـاط من جانبك.

لماذا لا يتمكن بعض الآباء من فرض الانضباط على أولادهم؟

يجب أن يكون هناك الوعـى الكافى لدى الآباء فى الأخـذ بالانضبـاط لتـهـذيب سلوك أطفـالهم وإزالة مقـاومتهم حيـال ذلك، وهذا يتحقق إذا باشروا برغبة تنبع من داخلهم فى تبديل سلوكهم.

يمكن إيجاز الأسباب المتعددة التى تمنع الآباء من تبديل سلوكهم بالآتى:

١ ـ الأم الفاقدة الأمل (اليائسة): تشعر هذه الأم أنها عاجزة عن تبديل ذاتها، وتتصرف دائماً تصرفاً سيئاً متخبطة فى مزاجها وسلوكها.

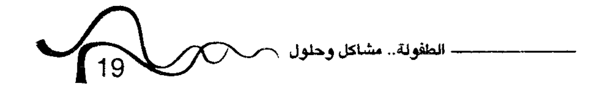
مثال: فى اليوم الأخير من المدرسة توقفت الأم للحديث عن ولدها أحمد مع مدرسه. هذه الأم تشكو من سوء سلوك ولدها أينما سنحت لها الفرصة لكل من يستمع لها إلا أنها لم تحاول قط يوماً ضبط سلوك ابنها الصغير، وعندما كانت تتحدث مع المدرس كان ابنها يلعب فى برميل النفايات المفتوح.. قالت الأم: أنا عاجزة عن القيام بأى إجراء تجاه سلوك ابنى.. إنه لا يتصرف أبداً بما يفترض أن يفعل. وبينما كانت مستغرقة بالحديث مع المعلم شاهد الاثنان كيف أن أحمد يدخل إلى داخل برميل النفايات ويغوص فيه ثم يخرج. توجه المعلم نحو أمه قائلا لها: أترين كيف يفعل ابنك؟! فأجابت الأم: نعم

إنه اعتاد أن يتصرف على هذه الصورة، والبارحة قفز إلى الوحل وتمرغ فيه.

الخطأ هنا: أن الأم لم تحاول ولا مرة واحدة منعه من الدخول فى النفايات والعبث بها، ولم تسع إلى أن تأمره بالكف عن أفعاله السلوكية السيئة حيث كانت سلبية، متفرجة فقط.

٢ ـ الأب الذى لا يتصدى ولا يؤكد ذاته: مثل هذا الأب لا يمتلك الجرأة ولا المقدرة على التصدى لولده. إنه لا يتوقع من ولده الطاعة والعقلانية، وولده يعرف ذلك، وفى بعض الأحيان يخاف الأب فقدان حب ولده له إن لجأ إلى إجباره على ما يكره. كأن يسمع من ابنه: أنا أكرهك. أنت أب مخيف. أرغب أن يكون لى أب جديد غيرك. مثل هذه الأقوال تخيف الوالد وتمنعه من أن يفعل أى شىء يناهض سلوكه وتأديبه.

٣ ـ الأم أو الأب الضعيف الطاقة: ونقصد هنا الوالدين ضعيفى الهمة والحيوية، اللذين لا يملكان القوة للتصدى لولدهما العابث المستهتر المفرط



النشـاط، وقـد يكون سـبب ضـعف الهـمـة وفـقـدان الحـيوية مـرض الأم والأب بالاكتئاب الذى يجعلهما بعيدين عن أجواء الطفل وحياته.

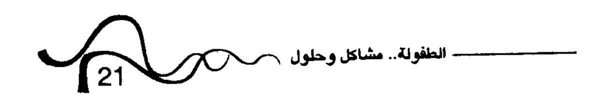
٤ ـ الأم التى تشعـر بالإثم: ويتـجلى هـذا السلوك بالأم التى تذم نفسها وتشعر بالإثم حيال سلوك ابنها الطائش، وتحس أن الخطيئة هى خطيئتها فى هذا السلوك وهى المسـؤولة عن سـوء سلوكه، ومـثل هذه المشاعر التى تلوم الذات تمنعها من اتخاذ أى إجراء تأديبى ضد سلوك أطفالها.

٥ ـ الأم أو الأب الغضوب: فى بعض الأحيان نجد الأم أو الأب ينتابهـما الغضب والانفعـال فى كل مـرة يؤدبان طفلهما، وسـرعان مـا يكتشفـان أن ما يطلبـانه من طفلهـما من هدوء وسلوك مـقـبـول يفـتقـران هما إليه، لذلك فإن أفضل طريقة لضبط انفعالاتهما فى عملية تقويم السلوك وتهذيبه هى أن يُلجأ إلى عقوبة الحجز لمدة زمنية رداً على سلوك طفلهما الطائش.

٦ ـ الأم التى تواجه باعتراض يمنعها من تأديب الولد: فى بعض الأحيان يعترض الأب على زوجته تأديب ولدها أو العكس، لذلك لابد من تنسيق العملية التربوية باتفاق الأبوين على الأهداف والوسائل المرغوبة الواجب تحقيقها فى تربية سلوك الأولاد. ويجب عدم الأخذ بأى رأى أو نصيحة يتقدم بها الغرباء فتمنع من تنفيذ ما سبق واتفق عليه الزوجان.

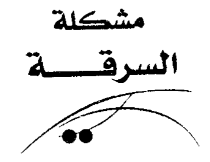
٧ ـ الزوجان المتخاصمان: قد تؤدى المشاكل الزوجية وغيرها من المواقف الحياتية الصعبة إلى إهمال مراقبة سلوك الأولاد نتيجة الإنهاك الذى يعتريهما - مثل هذه الأجواء تحتاج إلى علاج أسرى، وهذه المسألة تكون من اختصاص المرشد النفسى الذى يقدم العون للوالدين ويعيد للأسرة جوها التربوى السوى.







مشكلة
السرقـــة

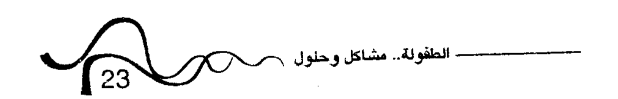


مفهوم السرقة: السرقة هى محاولة ملك شىء يشعر الطفل أنه لا يملكه، وعليه يجب على الطفل أن يعرف أن أخذ شىء ما يتطلب إذناً معيناً لأخذه، وإلا أعتبر سرقة.

والسرقة مفهوم واضح لدينا نحن الكبار نعرف أبعاده وأسبابه وأضراره، ونحكم على من يقوم به الحكم الصحيح، ونستطيع تحاشى أن نكون الضحية.

أما الطفل فإنه لا يدرك تماماً مفهوم السرقة وأضرارها على المجتمع ونظرة الدين والقانون والأخلاق إليها.

والسرقة تقلق الأهل أكثر من غيرها فى سلوك الأطفال وهو ما يدعوه الأهل بسلوك المجرمين،



وبالتالى فإنهم يظهرون اهتماما كبيراً بذلك، ففى كل عـام يذهب حـوالى ٢٥٠٠٠ طفل إلى الإصـلاحـيـة بسبب السرقة.

ويتـعلم الأطفـال أن السـرقـة عـمل خـاطىء إذا وصف الآباء والأمـهات هذا العمل بالخطأ وعاقبوا أطفالهم فى حال الاستمرار فى ممارسته، بذلك يبدأ مفهوم السرقة بالتبلور لدى الطفل.

أسباب السرقة:

إن الأطفال يسـرقون لعدة أسباب وهو يدركون أن ما يأخذونه يعود لغيرهم وهناك عدة أسباب للسرقة منها:

١ ـ يمكن أن يوجـد لدى الأطفـال نقص مـا فى بعض الأشياء وبذلك يضطر للسـرقة لتعويض ذلك النقص، والبعض من الأطفال تؤثر عليهم البيئة التى يعيشون بها وخاصة إذا كان أحد الوالـدين مـتـوفى، أو كـان الوالد مـدمن على

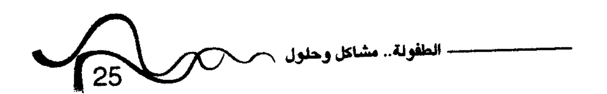
الكحول أو أن تكون البيئة نفسها فقيرة وهذه عناصر تساعد الطفل على أن يسرق لزيادة شعوره بالنقص فى مثل هذه الظروف.

٢ - شعور بعض الأهل بالسعادة عندما يقوم ابنهم بسرقة شىء ما وبهذا يشعر الطفل بالسعادة ويستمر فى عمله.

٣ - بعض الأطفال يقومون بعملية السرقة لإثبات أنهم الأقوى خصوصاً أمام رفقاء السوء، ولعلهم يتنافسون فى ذلك، وبعضهم يشعر بمتعة هذا العمل.

٤ - قد يسرق الطفل رغبة فى تقليد من هم أكبر منه سناً، الوالد أو الأخ أو غيرهم ممن يؤثرون عليه حياته.

٥ - الأطفال من الطبقات الدنيا يسرقون لتعويض ما ينقصهم بسبب فقرهم لعدم وجود نقود يشترون بها، أو يحصلون على ما يريدون،



فالأطفال يقومون بسرقة ما يمنعه الأهل عنهم وهم يشعرون باحتياجهم له فإنهم يعملون على أخذه دون علم الأهل.

٦ ـ قد يكون دافع السرقة أخراج كبت يشعر به الطفل بسبب ضغط معين، ولذا يقوم بالسرقة طلباً للحصول على الراحة، وقد يكون سبب الكبت إحباط أو طفل جديد.

طرق الوقاية:

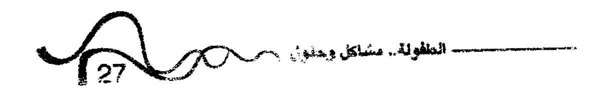
١ ـ تعليم القيم: على الأهل أن يعلموا الأطفال القيم والعادات الجيدة، والاهتمام بذلك قدر الإمكان، وتوعيتهم أن الحياة للجميع وليس لفرد معين، وحثهم على المحافظة على ممتلكات الآخرين، حتى فى حال عدم وجودهم، نشوء الطفل فى جو يتسم بالأخلاق والقيم الحميدة يؤدى إلى تبنى الطفل لهذه المعايير.

٢ - يجب أن يكون هناك مصروف ثابت للطفل . يستطيع أن يشترى به ما يشعر أنه يحتاج إليه فعلاً، حتى لو كان هذا المصروف صغيراً، ولو كان مقابل عمل يؤديه فى المنزل بعد المدرسة، يجب أن يشعر الطفل بأنه سيحصل على النقود من والديه إذا احتاج لها فعلاً.

٣ - عدم ترك أشياء يمكن أن تغرى الطفل وتشجعه للقيام بالسرقة مثل النقود وغيرها من الوسائل التى تساهم بتسهيل السرقة باعتراضهم.

٤ - تنمية وبناء علاقات وثيقة بين الأهل والأبناء، علاقات يسودها الحب والتفاهم وحرية التعبير حتى يستطيع الطفل أن يطلب ما يحتاج إليه من والديه دون تردد أو خوف.

٥ - الإشراف المباشر على الطفل بالإضافة إلى تعليمهم القيم والاهتمام بما يحتاجونه فالأطفال بحاجة إلى إشراف ومراقبة مباشرة حتى لا يقوم



الطفل بالسرقة وإن قام بها تتم معرفتها من البداية ومعالجتها، لسهولة المعالجة حينها.

٦ ـ ليكن الوالدين ومن يكبرون الطفل سناً هم المثل الأعلى للطفل بمعاملته بأمانه وإخلاص وصدق، مما يعلم الطفل المحافظة على أشياءه وأشياء الآخرين.

٧ ـ تعليم الأطفال حق الملكية حتى يشعرون بحقهم فى ملكية الأشياء التى تخصهم فقط، وتعلمهم كيف يردون الأشياء إلى أصحابها إذا استعاروها منهم وبإذنهم.

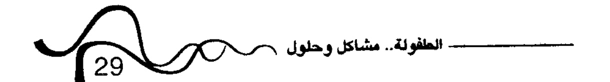
العلاج:

١ ـ التصرف بعضوية: عند حدوث سلوك السرقة يجب على الأهل البحث عن الخطأ والأسباب التى دعت إلى ذلك السلوك سواء كان ذلك من داخل البيت أو من خارجه والتصرف بأقصى سرعة.

٢ ـ السلوك الصحيح: يجب أن يفعل الأهل ما يرونه فى صالح أطفالهم وذلك بمعالجة الأمر بروية وتأنى، وذلك بأن يعيد ما سرقه إلى الشخص الذى أخذه منه مع الاعتذار منه ودفع ثمنه إذا كان الطفل قد صرف واستهلك ما سرقه.

٣ ـ مواجهة المشكلة: معالجة الأمر ومجابهته بجدية سيؤدى إلى الحل الصحيح وذلك لخطورة الموقف أو السلوك وذلك يتطلب معرفة السبب وراء سلوك الطفل هذا المسلك الغير مناسب ووضعه فى مكان الشخص الذى سرقه وسؤاله عن ردة فعله وشعوره إذا تعرض هو لذلك.

٤ ـ الفهم:يجب علينا أن نفهم لماذا قام الطفل بذلك وما هى دوافعه وذلك قد يكون مرجعه إلى الحرمان الاقتصادى بسبب نقص مادى يشعر به الطفل أو لمنافسه زملاؤه ممن

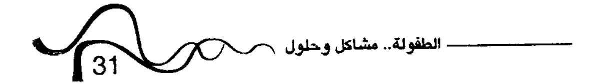


يملكون النقود، وقد يكون السبب الحرمان العاطفى وذلك لشعور الطفل بالحرمان من الحنان والاهتمام ممن هم حوله، وقد يكون لعدم إدراك الطفل لمفهوم السرقة وما الفرق بينها وبين الاستعارة، وبالتالى الفهم الصحيح للسبب يترتب عليه استنتاج الحل المناسب، فإذا كان الدافع اقتصادى يتم تزويد الطفل بما يحتاجه من نقود وإفهامه بأن يطلب ما يحتاجه، أما إن كان الحرمان عاطفياً فيجب إظهار الاهتمام به وبحاجاته وقضاء الوقت الكافى معه وقد يكون لعدم الإدراك وهنا يجب التوضيح للطفل ما تعنى السرقة وما الفرق بينها وبين الاستعارة، وشرح القواعد التى تحكم الملكية له بأسلوب بسيط وتجنب العقاب حتى لا يترتب عليه الكذب.

٥ ـ عند حدوث السرقة يجب عدم التصرف بعصبية ويجب أن لا تعتبر السرقة فشل لدى

الطفل، ولا يجب أن تعتبر أنها مصيبة حلت بالأسرة، بل يجب اعتبارها حالة خاصة يجب التعامل معها ومعرفة أسبابها، وحلها وإحسان طريقة علاجها، ولكن دون المبالغة فى العلاج، وأن لا تكون هناك مبالغة فى وصف السرقة، والمهم فى هذه الحالة أن نخفف من الشعور السيئ لدى الطفل بحيث نجعله يشعر بأننا متفهمون لوضعه تماماً، وأن لا توجه تهمة السرقة للطفل مباشرة.

٦ ـ المراقبة: على الأهل مراقبة سلوكيات أطفالهم كالسرقة والغش، ومراقبة أنفسهم لأنهم النموذج لأبنائهم وعليهم مراقبة سلوكياتهم وألفاظهم وخصوصاً الألفاظ التى يلقبون بها الطفل حين يسرق كما يجب أن يشرح له أهمية التعبير، ومعرفة الأهل أن الأطفال حين يقعون فى مشكلة فإنهم بحاجة إلى مساعدة وتفهم الكبار ومناقشتهم بهدوء.



يجب أن لا يصاب الآباء بصدمة نتيجة سرقة ابنهم وأن لا يأخذوا فى الدفاع عنه حتى لا يتطور الأمر ويبدأ الطفل بالكذاب توافقاً مع دفاع أهله عنه بل الواجب أن يتعاونوا من أجل حل هذه المشكلة.

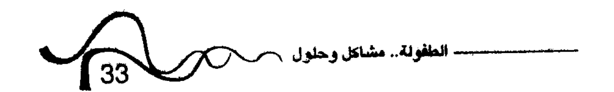
■ ■ ■

مشكلة
الغيـــرة



هى العـامل المشــترك فى الكثـيـر من المشـاكل النفسية عند الأطفال ويقصد بذلك الغيرة المرضية التى تكون مدمـرة للطفل والتى قد تكون سـبـبـاً فى إحباطه وتعرضه للكثير من المشاكل النفسية.

والغيـرة أحد المشـاعـر الطبـيعـيـة الموجـودة عند الإنسـان كالحب... ويجب أن تقبلها الأسـرة كحقيقة واقعـة ولا تسمح فى نفس الوقت بنمـوها... فالقليل من الغيـرة يفـيد الإنسـان، فهى حافـز على التـفوق، ولكن الكثير منها يفسد الحياة، ويصيب الشخصية بضـرر بالغ، وما السلوك العدائى والأنانية والارتباك والانزواء إلا أثراً من آثار الغيرة على سلوك الأطفال. ولا يخلو تصرف طفل من إظهار الغيـرة بين الحين



والحين.... وهذا لا يسبب إشكالا إذا فهمنا الموقف وعالجناه علاجاً سليماً.

أما إذا أصبحت الغيرة عادة من عادات السلوك وتظهر بصورة مستللأسرة،ا تصبح مشكلة، ولاسيما حين يكون التعبير عنها بطرق متعددة والغيرة من أهم العوامل التى تؤدى إلى ضعف ثقة الطفل بنفسه، أو إلى نزوعه للعدوان والتخريب والغضب.

والغيرة شعور مؤلم يظهر فى حالات كثيرة مثل ميلاد طفل جديد للأسرة، أو شعور الطفل بخيبة أمل فى الحصول على رغباته، ونجاح طفل آخر فى الحصول على تلك الرغبات، أو الشعور بالنقص الناتج عن الإخفاق والفشل.

والواقع أن انفعال الغيرة انفعال مركب، يجمع بين حب التملك والشعور بالغضب، وقد يصاحب الشعور بالغيرة إحساس الشخص بالغضب من نفسه ومن إخوانه الذين تمكنوا من تحقيق مآربهم التى لم

يستطع هو تحقيقها. وقد يصحب الغيرة كثير من مظاهر أخرى كالثورة أو التشهير أو المضايقة أو التخريب أو العناد والعصيان، وقد يصاحبها مظاهر تشبه تلك التى تصحب انفعال الغضب فى حالة كبته، كاللامبالاة أو الشعور بالخجل، أو شدة الحساسية أو الإحساس بالعجز، أو فقد الشهية أو فقد الرغبة فى الكلام.

الغيرة والحسد:

ومع أن هاتين الكلمتين تستخدمان غالبا بصورة متبادلة، فهما لا يعنيان الشىء نفسه على الإطلاق، فالحسد هو أمر بسيط يميل نسبياً إلى التطلع إلى الخارج، يتمنى فيه المرء أن يمتلك ما يملكه غيره، فقد يحسد الطفل صديقه على دراجته وتحسد الفتاة المراهقة صديقتها على طلعتها البهية.

فالغيرة هى ليست الرغبة فى الحصول على شىء يملكه الشخص الأخر، بل هى أن ينتاب المرء القلق

بسبب عدم حصوله على شىء ما... فإذا كان ذلك الطفل يغار من صديقه الذى يملك الدراجة، فذلك لا يعود فقط إلى كونه يريد دراجة كتلك لنفسه بل وإلى شعوره بأن تلك الدراجة توفر الحب... رمزاً لنوع من الحب والطمأنينة اللذين يتمتع بهما الطفل الأخر بينما هو محروم منهما، وإذا كانت تلك الفتاة تغار من صديقتها تلك ذات الطلعة البهية فيعود ذلك إلى أن قوام هذه الصديقة يمثل الشعور بالسعادة والقبول الذاتى اللذين يتمتع بهما المراهق والتى حرمت منه تلك الفتاة.

فالغيرة تدور إذا حول عدم القدرة على أن نمنح الآخرين حبنا ويحبنا الآخرون بما فيه الكفاية، وبالتالى فهى تدور حول الشعور بعدم الطمأنينة والقلق تجاه العلاقة القائمة مع الأشخاص الذين يهمنا أمرهم.

والغيرة فى الطفولة المبكرة تعتبر شيئاً طبيعيا حيث يتصف صغار الأطفال بالأنانية وحب التملك

وحب الظهور، لرغبتهم فى إشباع حاجاتهم، دون مبالاة بغيرهم، أو بالظروف الخارجية، وقمة الشعور بالغيرة تحدث فيما بين ٣ ذ ٤ سنوات، وتكثر نسبتها بين البنات عنها بين البنين.

والشعور بالغيرة أمر خطير يؤثر على حياة الفرد ويسبب له صراعات نفسية متعددة، وهى تمثل خطراً داهما على توافقه الشخصى والاجتماعى، بمظاهر سلوكية مختلفة منها التبول اللاإرادى أو مص الأصابع أو قضم الأظافر، أو الرغبة فى شد انتباه الآخرين، وجلب عطفهم بشتى الطرق، أو التظاهر بالمرض، أو الخوف والقلق، أو بمظاهر العدوان السافر.

ولعلاج الغيرة أو للوقاية من آثارها السلبية يجب عمل الآتى:

- التعرف على الأسباب وعلاجها.
- إشعار الطفل بقيمته ومكانته فى الأسرة والمدرسة وبين الزملاء.

- تعويد الطفل على أن يشاركه غيره فى حب الآخرين.

- تعليم الطفل على أن الحياة أخذ وعطاء منذ الصغر وأنه يجب على الإنسان أن يحترم حقوق الآخرين.

- تعويد الطفل على المنافسة الشريفة بروح رياضية تجاه الآخرين.

- بعث الثقة فى نفس الطفل وتخفيف حدة الشعور بالنقص أو العجز عنده.

- تعويد الطفل على تقبل التفوق، وتقبل الهزيمة، بحيث يعمل على تحقيق النجاح ببذل الجهد المناسب، دون غيرة من تفوق الآخرين عليه، بالصورة التى تدفعه لفقد الثقة بنفسه.

- تعويد الطفل الأنانى على احترام وتقدير الجماعة، ومشاطرتها الوجدانية، ومشاركة الأطفال فى اللعب وفيما يملكه من أدوات.

- توفير العلاقات القائمة على أساس المساواة والعدل، دون تميز أو تفضيل على آخر، مهما كان جنسه أو سنه أو قدراته، فلا تحيز ولا امتيازات بل معاملة على قدم المساواة

- يجب على الآباء الحزم فيما يتعلق بمشاعر الغيرة لدى الطفل، فلا يجوز إظهار القلق والاهتمام الزائد بتلك المشاعر، كما أنه لا ينبغى إغفال الطفل الذى لا ينفعل، ولا تظهر عليه مشاعر الغيرة مطلقاً.

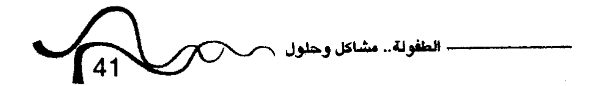
- فى حالة ولادة طفل جديد لا يجوز إهمال الطفل الكبير وإعطاء الصغير عناية أكثر مما يلزمه، فلا يعط المولود من العناية إلا بقدر حاجته، وهو لا يحتاج إلى الكثير، والذى يضايق الطفل الأكبر عادة كثرة حمل المولود وكثرة الالتصاق الجسمى الذى يضر المولود أكثر مما يفيده. وواجب الآباء كذلك أن يهيئوا الطفل إلى حادث الولادة مع مراعاة فطامه وجدانياً

تدريجياً بقدر الإمكان، فلا يحرم حرماناً مفاجئاً من الامتياز الذى كان يتمتع به.

- يجب على الآباء والأمهات أن يقلعوا عن المقارنة الصريحة واعتبار كل طفل شخصية مستقلة لها استعداداتها ومزاياها الخاصة بها.
- تنمية الهوايات المختلفة بين الأخوة كالموسيقى والتصوير وجمع الطوابع والقراءة وألعاب الكمبيوتر وغير ذلك..... وبذلك يتفوق كل فى ناحيته، ويصبح تقيمه وتقديره بلا مقارنة مع الآخرين.
- المساواة فى المعاملة بين الابن والاالمريض، التفرقة فى المعاملة تؤدى إلى شعور الأولاد بالغرور وتمو عند البنات غيرة تكبت وتظهر أعراضها فى صور أخرى فى مستقبل حياتهن مثل كراهية الرجال وعدم الثقة بهم وغير ذلك من المظاهر الضارة لحياتهن.

- عدم إغداق امتيازات كثيرة على الطفل المريض، فأن هذا يثير الغيرة بين الأخوة الأصحاء، وتبدو مظاهرها فى تمنى وكراهية الطفل المريض أو غير ذلك من مظاهر الغيرة الظاهرة أو المستترة

■ ■ ■





مشكلة
الكــذب

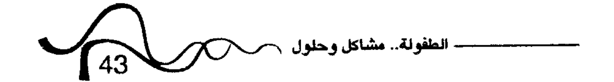


عادة ترتبط غالباً بالسرقة إذا عولجت بأسلوب خاطئ، بدافع التهرب من العقاب الذى يمكن أن يقع.

مفهومه:

يمكن تعريف الكذب بأنه قول شئ غير حقيقى وقد يعود إلى الغش لكسب شئ ما أو للتخلص من أشياء غير سارة.

الأطفال يكذبون عند الحاجة وفى العادة الآباء يشجعون الصدق كشئ جوهرى وضرورى فى السلوك، ويغضبون عندما يكذب الطفل، والأطفال يجدون صعوبة فى التميز بين الوهم والحقيقة، وذلك خلال المرحلة الابتدائية، ولذا يميلون إلى



المبالغة، وفى سن المدرسة يختلق الأطفال الكذب أحياناً لكى يتجنبوا العقاب، أو لكى تفوقوا على الآخرين أو لكى يتصرفوا مثل الآخرين، حيث يختلف الأطفال فى مستوى فهم الصدق.

ولقد ميز باجيه مراحل اعتقاد الطفل للكذب إلى ثلاثة مراحل:

المرحلة الأولى: يعتقد الشىء أن الكذب خطأ لأنه شىء سيعاقب عليه.

المرحلة الثانية: يبدو الكذب كشىء خطأ فى حد ذاته وسوف يبقى ولو بعد زوال العقاب

المرحلة الثالثة: الكذب خطأ ينعكس على الاحترام المتبادل والمحبة المتبادلة.

الكذب عند الأطفال يأخذ عدة أشكال مضاف إليها:

١ ـ القلب البسيط للحقيقة أو التغيير البسيط.

٢ ـ المبالغة:يبالغ أو يغالط الطفل والده بشدة.

٣ ـ التلفيق: كأن يتحدث بشىء لم يقم به.

٤ ـ المحادثة: يتكلم بشىء جزء منه صحيح وجزء غير صحيح.

٥ ـ شكاية خاطئة: بأن يوقع اللوم على غيره فيما فعله هو.

أسباب الكذب:

١ ـ الدفاع الشخصى: الهروب من النتائج غير السارة فى السلوك، كعدم الموافقة مع الآباء أو العقاب.

٢ ـ الإنكار أو الرفض: للذكريات المؤلمة أو المشاعر خاصة التى لا يعرف كيف يتصرف أو يتعامل معها.

٣ ـ التفاخر :وذلك لكى يحصل على الإعجاب والاهتمام.

٤ ـ فحص الحقيقة: لكى يتعرف على الفرق بين الحقيقة والخيال.

٥ ـ التقليد :أى تقليد الكبار واتخاذهم كنماذج.

٦ ـ الحصول على الأمن: والحماية من الأطفال الآخرين.

٧ ـ العداوة: تصرف بعداوة تامة تجاه الآخرين.

٨ ـ الاكتساب: للحصول على شىء للذات.

٩ ـ التخيل النفسى: عندما نكرر ونردد على مسامع الطفل أنه كاذب فسوف يصدق ذلك من كثرة الترديد.

١٠ ـ عدم الثقة: الآباء قد يظهرون أحياناً عدم الثقة بما ينطق به أبناءهم وإن كان صدقاً، لذا يفضل الطفل أن يكذب أحياناً ليكسب الثقة.

الوقاية من الكذب:

١ ـ أن لا يطلب من الأطفال أن يشهدوا ضد أنفسهم، أو أن يطلب منهم الاعتراف بأخطائهم، وبدلاً من ذلك يجب جمع الحقائق من مصادر أخرى، ووضع القرارات بناءً على

هذه الحقائق، وفى حال إذناب الطفل تجنب العقاب، ويجب مد يد العون للطفل.

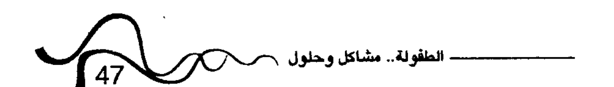
٢ ـ تأسيس مستوى للصدق وتشكيل قدوة للطفل.

٣ ـ مناقشة الحكمة والمغزى من الصدق يتم التبيين فيها أن الكذب شىء غير محبب وكذلك السرقة والخداع.

٤ ـ الابتعاد عن استعمال العقاب الذى يبدو أن الطفل يعفى منه لو دافع عن نفسه بأسلوب الكذب، لأن الأطفال سوف يكذبون حتى يوفروا على أنفسهم إهانات الكبار.

طرق العلاج:

١ ـ العقاب: مساعدة الأطفال على التعلم بواسطة التجربة بتوضيح أن الكذب غير ناجح ويعمل الإضرار به، كما يجب أن يبين له أن الصدق أفضل ويقلل من العقاب، سامحه إذا قال الحقيقة وعاقبه عقاباً مناسباً إذا غير الحقيقة.



٢ ـ تعليم الأطفال قيمة الصدق: لا يجب التغاضى عن كذب الأطفال ويجب حثهم على الصدق بقراءة قصص توضح لهم قيمة الصدق.

٣ ـ البحث عن أسباب الكذب: يجب العمل على إيجاد الأمور التى جعلت الطفل يكذب ليتم تفادى ذلك فى المستقبل، وفيما يلى الأسباب الرئيسية لكذب الأطفال:

١ ـ لكى يحصلوا على الثناء، والحل إعطاء الطفل الثناء والاهتمام للأشياء الجيدة التى يفعلها وحينها يشعر الطفل بإشباع هذه الحاجة.

٢ ـ تفادى العقاب: الحل وضع عقاب مناسب للكذب وتقديم حوافز للصدق والأمانة.

٣ ـ التقليد: يقلد الأطفال الآباء فى سلوكياتهم، إن كانوا لا يصدقون فبالتالى لن يصدق الطفل، والحل: أن يكون الأبوان مثالاً للصدق والأمانة وعدم الكذب.

٤ ـ الخوف: يكذب الأطفال كثيراً لتفادى العقاب المترتب على الضعف الدراسى وعلى الآباء معرفة قدرة أبنائهم وتعليمهم الصدق فى ذلك.

٥ ـ لكى يحصل على أشياء يمتلكها لنفسه، والحل أن تساعده فى اكتشاف طرق أخرى تساعده على الحصول على ما يريد.

٦ ـ الشعور بعدم أهمية أعماله أمام الأعمال الباهرة التى يقوم بها الآخرون، والحل يكمن فى مناقشة خوفه وضعفه، ورفع ثقته بنفسه.

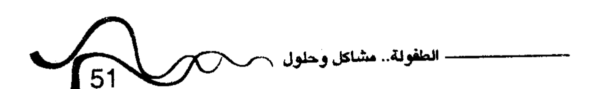
٧ ـ ضعف الوازع الدينى لدى الطفل: والحل يمكن فى تقوية هذا الوازع الدينى لديه وتبيين نظرة الإسلام للكذب.

■ ■ ■

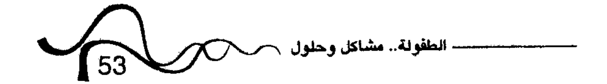


مشاكل

الانزواء والانطواء عند الطفل



إن جذور هذه المشكلة هى البيت، من حيث نوعية العلاقة بين الوالدين ببعضهما البعض، ونوعية العلاقة بين الوالدين والأبناء، كما أن نوعية علاقة الأسرة بالأقرباء والجيران من الناحية العاطفية تؤثر تأثيراً كبيراً سلباً وإيجاباً فى عملية الانطواء أو الانبساط، وللفروق الفردية من حيث التكوين الجسدى والنفسى والعقلى وما رافق حياة الطفل من ظروف محيطة خاصة، كل ذلك يحدد أيضاً ملامح شخصية الطفل المنبسطة أو المنطوية فكلما كان الطفل ذو تكوين جسمى سليم وقوى ونمو عقلى سليم وصحيح وكلما كانت حياة الطفل خالية من ظروف غير طبيعية وكانت علاقة الأبوين

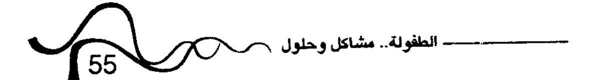


ببعضها ببعض وبأفراد الأسرة جيدة وكانت علاقة الأسرة بالجوار والأقرباء طبيعية ومنتظمة كان الطفل أقرب إلى الانبساط منه إلى الانطواء، ومثل هذا الطفل غالباً ما يكون طبيعياً فى المدرسة، فالطفل الاجتماعى فى الأسرة والجرىء لا يمكن أن يكون انطوائياً فى المدرسة، أما الطفل الذى تربى تربية منعزلة فهو مهيأ أكثر من غيره للانطواء، حيث أن وجود مدرسة أو مدرس شديد أو مخيف الشكل أو التصرفات يجعل الطفل ينكمش ويبتعد عن إقامة علاقات اجتماعية مع زملاؤه وخاصة إذا كانت الظروف المحيطة بالطفل ظروف متوترة وقد يكون السبب فى الانطواء سفر الوالد وبقاء البيت دون علاقات اجتماعية كما أن وقوع أحداث مخيفة جداً يجعل الطفل يصاب بردة فعل قد تصل إلى درجة الانكماش عن كل شىء والانسحاب إلى الذات.

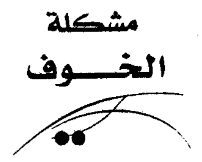
إدخال الطفل فى مجموعات متعددة النشاطات ومتعددة الفعاليات.

تشجيع الطفل لإنشاء صداقات وبذل الجهود لتوفير جو من المرح ودمج الطفل وتشجيعه على النقاش.

■ ■ ■



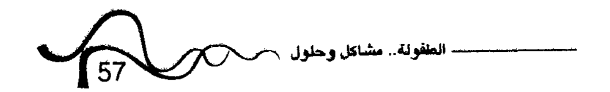
مشكلة
الخـــوف



مفهومـــه

الخوف عاطفة قوية غير محببة سببها إدراك خطر ما، إن المخاوف مكتسبة أو تعليمية، لكن هناك مخاوف غريزية مثل الخوف من الأصوات العالية أو فقدان التوازن أو الحركة المفاجئة، إن الخوف الشديد يكون على شكل ذعر شديد، بينما الكراهية والاشمئزاز تسمى خوفاً، أما المخاوف غير المعقولة تسمى بالمخاوف المرضية، إن المخاوف المرضية عند الأطفال تتضمن الظلام والعزلة والأصوات العالية، المرض والوحوش، الحيوانات غير المؤذية، الأماكن المرتفعة، المواصلات، وسائل النقل، الغرباء، وهناك ثلاث عوامل معروفة فى مخاوف الأطفال:

١ ـ الجروح الجسدية، الحروب، الخطف.



٢ ـ الحوادث الطبيعية، العواصف والاضطرابات، الظلام والموت. وهذه المخاوف تقل تدريجياً مع تقدم العمر.

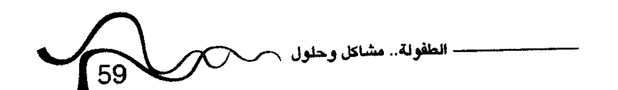
٣ ـ مخاوف نفسية، مثل الضيق والامتحانات والأخطاء والحوادث الاجتماعية والمدرسة والنقد.

الأسباب:

١ ـ الخبرات المؤلمة: يحدث القلق عندما يكون هناك ضيق نفسى، أو جرح جسدى ناتج عن خوف يشعر به الأطفال بالعجز، وبعدم القدرة على التكيف مع الحوادث والنتيجة هى بقاء الخوف الذى يكون شديداً ويدوم فترة طويلة من الوقت، هناك مواقف تستثير هذا النوع من المخاوف، بعضها واضحة ومعروفة، بينما المواقف الأخرى غامضة ومجهولة.

٢ ـ إسقاط الغضب: يغضب الأطفال من سوء معاملة الأهل، ومن الشعور بالغضب يصبح لديهم رغبة فى إيذاء الكبار، إن هذه الرغبة غير مرغوبة ومحرمة، لذلك يسقطها على الكبار، إن إسقاط الغضب أم طبيعى ولكن الإزعاج والمضايقة أو الإسقاط المبالغ فيه أو طويل الأمد ليس طبيعياً، بعض الأطفال والمراهقون لم يتعلموا تقبل غضبهم أو التعامل معه.

٣ ـ السيطرة على الآخرين: إن المخاوف يمكن أن تستعمل كوسائل للتأثير أو السيطرة على الآخرين، أحياناً أن تكون خائفاً الوسيلة الوحيدة والأقوى لجلب الانتباه وهذا النمط يعزز مباشرة الطفل لتكون له مخاوف، وهو يجعل الآخرين يتقبلون الطفل وهو يحصل على الإشباع عن طريق الخوف، مثاله الخوف من المدرسة، فالطفل يظهر خوفه من المدرسة حتى لا يذهب إلى المدرسة، والبقاء فى البيت،



وإذا كان الوالدان يكافئان الطفل على الجلوس فى البيت الأمر الذى سيجعل الطفل يشعر أن الجلوس فى البيت تجربة مستمرة وممتعة بالنسبة له وبالتالى يجعل الخوف مطيه له للسيطرة على الآخرين وقد يتحول هذا الخوف إلى عادة.

٤ ـ الضعف الجسمى أو النفسى: عندما يكون الأطفال متعبين أو مرضى فإنهم سيميلون غالباً للجوء إلى الخوف خاصة إذا كانوا فى حالة جسمية مرهقة وإذا كان فترة هذا المرض طويلة، إن هذه الحالة من المرض تقود إلى مشاعر مؤلمة وتكون المكيانزمات النفسية الوقائية عند الطفل لا تعمل بشكل مناسب، وبالتالى فإن الأطفال ذوى المفاهيم السالبة عن الذات والذين يعانون من ضعف جسدى يشعرون بأنهم غير قادرين على التكيف مع الخطر الحقيقى أو المتخيل.

٥ - النقد والتوبيخ: إن النقد المتزايد ربما يقود الأطفال إلى الشعور بالخوف، يشعر الأطفال بأنهم لا يمكن أن يعملوا شيئاً بشكل صحيح، ويبررون ذلك بأنهم يتوقعون النقد ولذلك فإنهم يخافون، ولذا فإن التوبيخ المستمر على الأخطاء يقود إلى الخوف والقلق، وسوف يعم الطفل شعوراً عاماً بالخوف، وبالتالى فإن الأطفال الذين ينتقدون على نشاطاتهم وعلى تطفلهم ربما يصبحون خائفين أو خجولين.

٦ - الإعتمادية والقوة: إن الصراحة والقسوة تنتج أطفالاً خائفين أو يخافون من السلطة، إنهم يخافون من المعلمين أو الشرطة، وإن توقعات الآباء الخيالية هى أيضاً من الأسباب القوية والمسئولة عن الخوف عند الأطفال، وعن فشلهم، حيث أن الآباء الذين يتوقعون من أطفالهم التمام فى جميع الأعمال غالباً يتكون

عن أطفالهم الخوف، ولا يستطيعون أن سلبوا حاجات الآباء، ويصبحون خائفين من القيام بأى تجربة أو محاولة خوفاً من الفشل.

٧ ـ صراعات الأسرة: إن المعارك الطويلة الأمد بين الوالدين أو بين الأخـــوة أو بين الآباء والأطفال تخلق جواً متوتراً وتحفز مشاعر عدم الأمان، وبالتالى يشعر الأطفال بعدم المقدرة على التعامل مع مخاوف الطفولة حتى مجرد مناقشة المشاكل الاجتماعية أو المادية التى تخيف الأطفال.

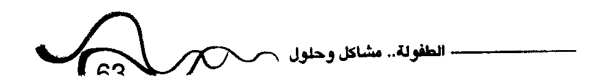
طرق الوقاية:

١ ـ الإعداد للتكيف مع المشكلة: فمرحلة الطفولة هى أنسب المراحل لإعداد الأطفال للتكيف مع أى نوع من المشاكل الخاصة، ويجب أن يكون هناك من طرف الوالدين كم كـبـيـــر من التفسيرات والتطمينات لأطفالهم.

٢ - التعريض المبكر والتدريجى لمواقف مخيفة: وذلك حتى يعتاد الطفل على مواجهة مواقف مشابهة بعد ذلك تقع فجأة وسيساعد ذلك فى منع حدوث مخاوف عميقة لدى الأطفال.

٣ - التعبير والمشاركة فى الاهتمامات: عندما يعيش الأطفال فى جو هادىء حيث تناقش فيه المشاعر ويشارك فيها الأطفال يتعلم الأطفال بأن الاهتمامات والمخاوف شىء مقبول، ومن المناسب أن يتحدث فى اهتمامات حقيقية أو مخاوف يخاف منها الأطفال ويعترف الكبار أن عندهم مخاوف من أشياء معينة وأن كل إنسان يخاف فى وقت معين.

٤ - الهدوء واللياقة والتفاؤل: إن عدم شعور الآباء بالراحة وشعورهم بالخوف يفزع الأطفال مباشرة ويعلمهم الخوف مثال ذلك الموت، فإن لم يستطع الآباء حل خوفهم الخاص بهم فإن



الأطفال يتعلمون وبسرعة الخوف من الموت ويكون من الجيد أن يسمع الطفل عبارات تهدأ من روعه وتحثه أن يتمتع بوقته وأن يكون جاهزاً عندما يأتى الموت، وإفهامه أن الموت سيتعرض له الكل وهو شبيه بالولادة ومناقشة مفاهيم دينية بسيطة كوسائل لشرح الموت.

العلاج:

١ - إزالة الحساسية والحالة المعاكسة: إن الهدف هو مساعدة الأطفال الحساسين جداً والأطفال الخائفين، حتى يكونوا أقل حساسية وبطيئوا الاستجابة لمجالات حساسيتهم، والقاعدة تقول أن الأطفال تقل حساسيتهم للخوف عندما يرتبط هذا الشىء المخيف مع أى شىء سار.

٢ - مشاهدة النموذج: يمكن استعمال الأفلام للتقليل من مخاوف الطفل وتعويده على

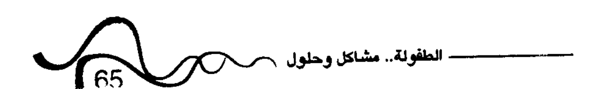
مشاهدة مواقف أكثر إخافة ويمكن أن يرى الطفل مواقف تحفزه على الشيء.

٣ - التدريب: إن التدريب يمكن الأطفال أن يشعروا بالراحة عندما يكررون أو يعيدون مواقف مخيفة نوعاً ما.

٤ - مكافأة الشجاعة: وذلك بامتداح كل خطوة شجاعة يقدم عليها الطفل وتقديم الجوائز له، وكون الطفل يتمكن من تحمل جزء من موقف يخيفه فيجب مكافأته عليه.

٥ - التفكير بإيجابية والتحدث مع النفس: بأن يقال للطفل أن التفكير فى أشياء مخيفة يجعلهم أكثر خوفاً وأما التفكير بإيجابية تعود إلى مشاعر أهدأ وإلى سلوكيات أشجع.

٦ - إن معظم مخاوف الأطفال مكتسبة وفقاً لنظرية التعلم الشرطى أو التعلم بالاقتران والتقليد، فالخوف استجابة مشتقة من الألم،



فطفل هذه المرحلة يتمتع بقدرة عجيبة على التوحد بين الوالدين فى استجاباتهم الانفعالية المتصلة بالخوف وعليه يجب مراعاة الآباء لمخاوف أبنائهم ليساعدهم ذلك فى تخطى العديد من مخاوفهم.

■ ■ ■

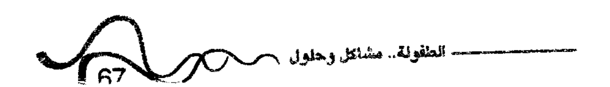
مشكلة
القلـــق



مفهومه: هو خوف من المجهول والمجهول بالنسبة للطفل هو دوافعه الذاتية، الدافع للعدوان والرغبات والإتكاليـــة.....إلخ، فـــإن السلوك الناتج عن هذه الدوافع يواجه فى الأعم الأغلب بالعقاب والتحريم، فلا يستطيع الطفل التعبير عنها ولكن ليس معنى ذلك أن هذه الدوافع قـد مـاتت، بل تظل مـوجـودة وتظل قابلة للاستثارة، وفى حالة استثارتها يبدى الطفل مشاعر الخوف مما سيلقاه من عقاب ولكنه يجهل مصدر هذا الخوف.

أسباب القلق الرئيسية:

١ - **الافـتـقـار إلى الأمن:** وهو انعدام الشعور الداخلى بالأمن عند الطفل وكــذلك فـــإن الشكوك تعتبر مصدر خطر.



٢ ـ عدم الثبات: إن عدم الثبات فى معاملة الطفل سواء أكان المعلم فى المدرسة أم الأب فى البيت واللذان يتصفان بعدم الثبات فى المعاملة يكونان سبباً أخر فى القلق عنده.

٣ ـ الكمال/ المثالية: وهى توقعات الآباء للإنجازات الكاملة لأطفالهم وغير الناقصة تشكل مصدر من مصادر القلق عندهم، وذلك بسبب عدم استطاعتهم القيام بالعمل المطلوب منهم بشكل تام.

٤ ـ الإهمال: يشعر الأطفال بأنهم غير آمنين عندما لا تكون هناك حدود واضحة ومحدودة فهم يفتقرون إلى توجيه سلوكياتهم.

٥ ـ النقد: إن النقد الموجه من الكبار والراشدين للأطفال يجعلهم يشعرون بالقلق والتوتر، وإن التحدث عنهم وعن سيرتهم يقودهم إلى القلق الشديد. خاصة إذا عرف الأطفال أن الآخرين

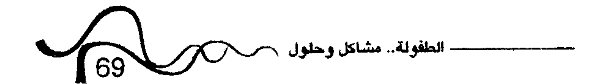
يقومون بعملية نقد لهم أو محاكمتهم بطريقة ما.

٦ ـ ثقة الكبار الزائدة: بعض الكبار يثقون بالأطفال كما لو كانوا كباراً، غير حاسبين أن نضج الأطفال قبل الأوان يكون سبباً فى زيادة القلق عندهم.

٧ ـ الذنب: يشعر الأطفال أنهم قد أخطئوا عندما يعتقدون أنهم قد ارتكبوا أخطاء أو تصرفوا تصرفاً غير لائق.

٨ ـ تقليد الآباء:غالباً ما يكون الأطفال قلقين كآبائهم، لأنهم يراقبون آبائهم وهم يتعاملون مع المواقف بكل توتر واهتمام.

٩ ـ الإحباط المتزايد: إن الإحباط الكثير يسبب الغضب والقلق، إذ أن الأطفال لا يستطيعون التعبير عن الغضب بسبب اعتمادهم على الراشدين، ولذلك فإنهم يعانون من قلق



مـرتفع، وينبع الإحبـاط كذلك مـن شـعـورهم بأنهم غيـر قادرين على الوصـول إلى أهدافهم أو أنهم لم يعملوا جيداً فى المدرسة، بالإضافة إلى لوم الأطفـال وانتـقـادهم على تصـرفـاتهم الغبية قد يزيد من الإحباط لديهم.

طرق الوقاية:

١ ـ تعليم الأطفـال الاسـتـرخـاء: لا يمكن أن يكون الأطفـال قلقـين ومـسـتـرخـين فـى آن واحـد، فـيـجب أن يتـعلم الأطفـال الاسـتـرخـاء وأخـذ نفس عميق وإرخاء عضلاته.

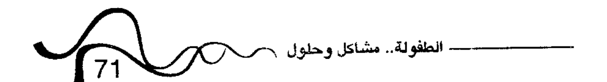
٢ ـ استخدام استراتيجيات عديدة لقمع القلق: وذلك بـأن يفكر الطفل بمشـاهد هـادئة ومفرحة، وهذا يساعده على إرخاء عضلاته المتوترة، وهذا يجب أن يكون ضمن التدريب على الاسترخاء، بالإضافة إلى التركيز على مشكلة واحدة بأن يختار الطفل ناحية من

نواحى اهتماماته ويحاول حلها، إذا كان ذلك ممكناً ومواجهة مشكلاته كل واحدة فى وقت معين.

٣ ـ تشجيع الطفل للتعبير عن مشاعره: وذلك يمكن بإشراك الطفل فى مناقشات الأسرة، وتكون المشاركة حرة بحيث يتاح لهم أن يعبروا عن أى مشاعر لديهم مثل الغضب أو الإحباط.

٤ ـ الطرق المتخصصة: فى حال أن يكون القلق طويلاً فإن المساعدة المتخصصة يجب البحث عنها إذا لم تنفع طرق الآباء فى القضاء على القلق ومن هذه الطرق الذى يستخدمها المعالجون التنويم المغناطيسى لتقليل الحساسية المتزايدة.

■ ■ ■



مشكلة الأنانيـــة

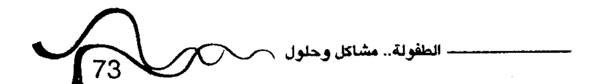


الأطفـال الأنانيـون هـم من يهـتـمـون بأنفـسـهم أو بمصالحهم دون الاهتمام بمصالح الآخرين، حيث أن نظرة الأنانيـين تقـتـصـر على حـاجـاتهم الخـاصـة واهتمام الطفل الأنانى مركز على نفسه فقط وهذا ما يميزه عن بقية الأطفال العاديين.

إن مفهوم الأطفال الأنانيون عن أنفسهم مفهوم غـيـر وضـح، ونظراتهم للآخـريـن هـى نظرة سـالبـة، حيث ينقصهم الانتماء للجماعة ويجدون صعوبة فى علاقاتهم مع الأطفال الآخرين ومع الأقران.

أسباب الأنانية:

١ ـ الخوف: المخاوف العديدة عند الأطفال تسبب الأنانية عندهم مثل مخاوف البخل، الرفض،



الابتذال، وهم عادة يجدون يشعرون بالغضب والفزع، وبالتالى يميلون إلى الأنانية،ويصبحون مهتمين فقط بسعادتهم وسلامتهم الشخصية، ولذلك يحـــاولون دائمـــاً تجنب الأذى من الآخـرين، ولذلك لا يعـرضـون أنفسـهم ولو نسبياً إلى الاهتمام بالآخرين، ولا يظهرون أى نوع من أنواع التغـييـر فى حيـاتهم، ودائمـاً يسـودهـم شـعـور بالقلق والتـهـيج وهـم يرون الأشيـاء من خـلال أعينهم فقط ويفسـرون وجـهـات نظر الآخـرين بأنهـا مـخـجلة، هم متـمـركـزين حـول النفس ونكدين ومـتقلبى الأطوار.

٢ ـ الدلال أو الدلع: بعض الأطفال يحاولون إبعاد أطفـالهم عن أية مـواقف مـزعجـة، ويقـدمـون لأطفـالهم الحـمـاية الـزائدة، ويحـرصـون على على إشباع كل ما يحتاجه أطفالهم، لذا ينشأ أطفـالهم وهن غـيـر قـادرين على تنمـيـة قـوة

الاحتمال أو تطوير ذواتهم وهذا يقودهم إلى الأنانية.

٣ ـ عدم النضج: عدم الوعى الاجتماعى المناسب، (عدم التقيد بالاتفاقات وعدم تحمل المسئولية) إن الأطفال الذين لا يستطيعون تحمل الإحباط ويريدون الشىء الذى يريدونه عندما يريدونه، هؤلاء الأطفال لا يستطيعون المحافظة على كلمتهم وهم غير قادرين على تحمل المسئولية وهناك أسباب تمنع الأطفال من الوصول إلى النضج منها: الإعاقة، صعوبات اللغة، اضطرابات فى النمو.

طرق الوقاية:

١ ـ تشجيع تقبل النفس: وهو أن تجعل للطفل قيمة وأن يشعر بأنه محبوب وتوفير الأمان لهم، فإن توافرت للطفل القيمة والمحبة والأمان يصبح عنده استعداد للإهتمام بمصالح الآخرين.

٢ ـ تعليم الأطفال الاهتمام بالآخرين: " حقق سعادة الآخرين تحقق سعادتك " إن إظهار الاهتمام بأطفالك وبالآخرين يمثل نموذجاً رئيساً يعتبرها الطفل قدوة، بعكس أن يكون الأبوان أنانيان.

٣ ـ تربيتهم على بغض التسلط: فتسلط الأطفال على الأطفال الضعفاء يشعر الآخرين بالأسى والفشل والحزن، لذا على الوالدين تربية الأطفال على عدم التسلط وحثهم على احترام الجميع.

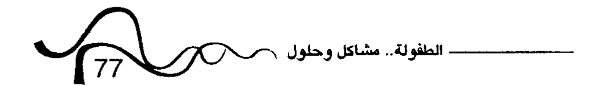
٤ ـ تعويد الطفل على تحمل المسئولية: وهى طريقة طبيعية لتعليم الأطفال الاهتمام بالآخرين مثال تعليمهم الاهتمام وعناية بعض الحيوانات الأليفة، فإن قيام الأطفال بالأعمال الخفيفة هى دلالة على تحملهم المسئولية.

طرق العلاج:

١ - تعليم الاحترام بواسطة لعب الدور: حيث أن للأباء دور كبير في ذلك، بسردهم قصص فيها قيم واضحة تحث على عدم الأنانية، وتظهر سلوك الاهتمام بالآخرين على أنه السلوك الصحيح.

٢ - شرح ومناقشة وتعزيز النتائج الإيجابية للاهتمام بالآخرين: وذلك بشكر الأطفال على أى سلوك يقومون به يظهر فيه احتراماً نحو الآخرين، وشرح نتائج هذا الفعل فى النفوس.

٣ - شرح ومناقشة التأثيرات السلبية للأنانية: فلو كان الطفل أنانياً، يجب على الأب أن يناقشه بطريقة لطيفة، ومناقشة المواقف الأنانية وسلبيتها، مما يحفز الطفل أن يبتعد عن سلوك الأنانية.



٤ ـ مناقشة وعى الأطفال وخبراتهم السابقة:

فيجب تعليم الأطفال أن يكونوا متفتحى العقول وقابلين للنقاش، وأن يكونوا أقل خشونة فى التعامل مع القضايا والمشاكل، واظهار الاهتمام بهم وبغيرهم.

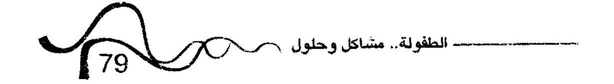
■ ■ ■

مشكلة
الخجـــل



مـفـهـوم الخـجل: إن الأطفـال الخـجـولين دائمـا يتـجنبـون الآخـرين وهم دائمـاً فى خـوف وعـدم ثقـة ومهـزومين، مترددين يتجنبون المواقف وينكمشون من الألفـة أو الإتصـال بغيـرهـم، وهـم يجـدون صـعـوبة فـى الإشـتـراك مع الآخـرين، وشـعـورهم المسـيطر عليـهم عدم الراحة والقلق، وهم دائماً متملمون ويتهربون من المواقف الاجتماعية.

والخـفـوف من التقييم السـالب عندهم غـالبـاً مـا يكون مـصـحـوبـاً بالسلوك الاجتمـاعى غيـر المتكيف، وهم لا يشـاركون فى المدرسـة، أو فى المجتـمع، ولكنهم ليسوا كذلك فى البيت، والمشكلة تكون أخطـر إن كان هؤلاء الأطفال خجولين فى البيت أيضاً.



أسباب الخجل:

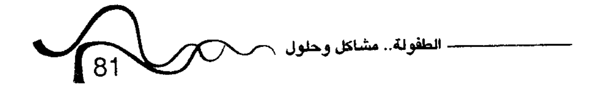
١ ـ الشعور بعدم الأمن: والذين يشعرون بقلة الأمن من الأطفال لا يستطيعون المغامرة، لأن الثقة تنقصهم، وكذلك الإعتماد على النفس، وهم مغمورون مسبقاً بعد الشعور بالأمن وبالإبتعاد عن المربكات، فلا يعرفون ما يدور حولهم بسبب موقفهم الخائف، ولا يمارسون المهارات الاجتماعية ويزداد خجلهم بسبب قلة التدريب والحاجة إلى التغذية الراجعة من الآخرين.

٢ ـ الحماية الزائدة: حيث أن الأطفال الذين تغمرهم الحماية الزائدة من الوالدين يصبحون غير نشيطين ولا يعتمدون على أنفسهم وذلك بسبب الفرص المحدودة لديهم للمغامرة كونهم قليلو الثقة بأنفسهم، لا يتعاملون مع بيئتهم أو مع الآخرين، ولذلك يتولد الشعور بالخجل والخوف من الآخرين.

٣ - عدم الاهتمام والإهمال: يظهر بعض الآباء قلة اهتمام بأطفالهم فيشعر هذا النقص العام الأطفال بالدونية والنقص، ويشجع على وجود الإعتمادية عندهم، إن عدم الاهتمام بالأطفال يولد شخصية خائفة خجولة، ويشعرون حينئذ أنهم غير جديرين بالاهتمام.

٤ - النقد: فإن انتقد الآباء علانية أطفالهم يساعد على تولد الخوف فى نفوسهم ,لأنهم يتلقون إشارات سالبة من الراشدين، فيصبحوا غير متأكدين وخجولين، وبعض الآباء يعتقد أن النقد هو الأسلوب الأمثل لتربية الأبناء، لكن النتيجة للنقد المتزايد هى طفل خجول.

٥ - المضايقة: فالأطفال الذين يتعرضون للمضايقة والسخرية ينطوون على أنفسهم خجولين، وأصحاب الحساسية المفرطة تجاه النقد يرتبكون ويخجلون لو تعرضوا لسوء معاملة من إخوانهم الأكبر سناً، والشىء الأكبر



خطورة هو نقد الطفل لمحاولتهم الاتصال بالعالم الخارجى.

٦ ـ عدم الثبات: فأسلوب التناقض وعدم الثبات فى معاملة الطفل وتربيته يساعد على الخجل، فقد يكون الوالدان حازمين جداً أحياناً، وقد يكونا متساهلين فى أوقات أخرى والنتيجة يصبح الأطفال غير آمنين وفى هذه اللحظة يصيبهم الخجل فى البيت والمدرسة.

٧ ـ التهديد: وقت أن يهدد الآباء الأطفال، وينفذون تهديداتهم أحياناً، ولا ينفذونها أحياناً أخرى، يصبح لدى الأطفال رد فعل على التهديدات المستمرة بالخجل كوسيلة لتجنب إمكانية حدوث هذه التهديدات.

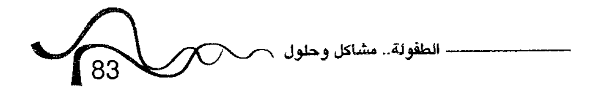
٨ ـ أن يلقب بالخجل: حتى لا يتقبلها الطفل كصفة لازمة له ويحاول أن يبرهن أنه كذلك، بحيث يصير التحدث السلبى مع النفس شيئاً مألوفاً.

٩ ـ المزاج والإعاقة الجسدية: هناك أطفال يبدون خجولين منذ ولادتهم، وبذلك يكون الخجل وراثياً، كما أن بعض الأطفال يكونون مزعجين والآخرين هادئين، وهذا النمط قد يستمر سنين من حياته، والإعاقات الجسدية غالباً تسبب الخجل ومنها ماله علاقة بصعوبات التعلم أو مشاكل اللغة التى تؤدى إلى إنسحاب الطفل اجتماعياً.

١٠ ـ النموذج الأبوى: والآباء الخجولون غالباً يكون لديهم أطفال خجولين، فيرغب الطفل أن يعيش أسلوب حياة الخجل كما يرى والديه، واتصالاتهم بالمجتمع قليلة جداً.

طرق الوقاية:

١ ـ التشجيع والمكافأة: إن زيارة الناس الذين عندهم أطفال فى نفس العمر شىء مفيد ونافع، وإن كان الطفل خجولاً فمن المفيد أن



يذهب رحلات مع أطفال متفتحين، ويجب على الأبوين أن يشجعا طفليها أن يكون اجتماعياً.

٢ ـ تشجيع الثقة بالنفس: يجب أن نشجع الأطفال وأن نمدحهم إن كانوا واثقين بأنفسهم، وذلك عندما يتصرفون بطريقة طبيعية ومع ذلك يجب أن يتعلموا انه ليس من الضرورى أن ينسجموا مع كل شخص، كما أنه لا يجب أن تقدم حماية زائدة للطفل.

٣ ـ تشجيع السيادة ومهارات النمو: يجب أن يقدم التدريب المبكر بشكل فردى للأطفال وعلى شكل مجموعات يستطيعون من خلالها إشباع ميولهم وتجعلهم يتفاعلون مع الآخرين.

٤ ـ قدم جواً دافئاً ومتقبلاً: فالحب والانتباه لا يفسدان الأطفال كما يجب أن نستمع إليهم، وأن نسمح لهم بقول:لا، وأن نحترم استقلاليتهم.

طرق العلاج:

١ - إضعاف الحساسية للخجل: فباستطاعة الأطفال أن يتعلموا أن المواقف الاجتماعية لا يلزم بالضرورة أن تكون مخيفة، ويجبت هدئتهم عند المواقف فبذلك يصبحون أكثر اجتماعياً تدريجياً، ولهم أن يتخيلوا كيف يقومون بسلوك اجتماعى كانوا يخافونه فى السابق ثم دمجهم فى مواقف حقيقة، وبالتالى سيقل خجلهم.

٢ - تشجيع توكيد الذات: فيجب أن يسألوا بصراحة عما يريدون وكيف يمكن لهم التغلب على خوفهم وارتباكهم من اجل التعبير عن أنفسهم.

٣ - تدريب الطفل على المهارات الاجتماعية: وذلك عندما يشترك الأطفال فى تدريبات جماعية، فإن بعض المحادثات والتفاعلات تحدث بالطبع، ولا بد من وجود قائد للمجموعة، وبهذا يمكن للطفل أن يعبر عن

رأيه أمام الآخرين، ويمكن أن تقسيم التدريب الاجتماعى إلى الخطوات التالية:

(أ) التعليم.

(ب) التغذية الراجعة.

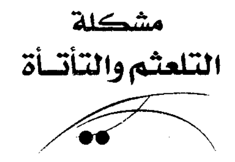
(ج) التدريب السلوكى.

(د) التمثيل ولعب الدور.

٤ ـ تشجيع التحدث الإيجابى مع النفس: فإن أحد المظاهر المدمرة للطفل أن يعتقد فى ذاته وشخصيته الخجل، ويأكد لنفسه أنه خجول ولا يستطيع الاتصال بالآخرين، لذا يجب أن نعلم الأطفال بأن الخجل هو سلوك يقوم به الأطفال والناس وهو ليس ملازماً فيهم، وأنه يمكن مقاومته بالتدرب على سلوكيات جديدة، تؤدى إلى إمكانية زيادة الاتجاهات الإيجابية وتحسين الاتصال مع الآخرين

■ ■ ■

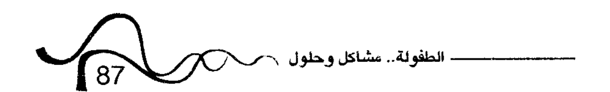
مشكلة
التلعثم والتأتأة



مفهومه:

التأتأة هى الكلام بشكل متقطع غير اختيارى، أو عملية عدم خروج الكلام من الفم وهى اضطراب فى الإيقاع الصوتى ويتكلم الأطفال المتلعثمون بشكل منطلق أمام أصدقائهم، أو عندما يكونون لوحدهم، إلا أنهم يتلعثمون عندما يكونون مع الآخرين وخاصة الأشخاص ذوى السلطة.

وعلى الرغم أن ٨٠٪ من المتلعثمين فى الصغر لا يستمرون فى ذلك عند الكبر، إلا أن كثيراً منهم تتطور لديه مشاكل متعلقة بالشخصية مثل الخجل أو عدم الثقة بالنفس، وينتج ذلك عن خبراتهم السابقة.



الأسباب:

١ ـ أسباب نفسية: هناك أسباب طبيعية ممكنة، هى أسباب سيكومسومانية، أى أسباب ناتجة عن الجسد والنفس معاً، وذلك بسبب تأثير النفسية على ميكاثيلية إنتاج الصوت.

٢ ـ ضغط الأهل: فكثير من الآباء والأمهات لا يدركون مراحل تطور الطفل وتطور النطق لديه، فيجبرون أطفالهم على النطق والتكلم قبل الأوان فينتج عن ذلك توتر الطفل مما يؤدى إلى التلعثم، وعند نعت الطفل بالتلعثم من قبل الوالدين، تصبح هذه الصفة ملازمة له.

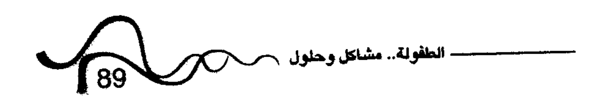
٣ ـ ردة الفعل على الضغط: إن مواقف الضغط المختلفة كالشجارات العائلية المتواصلة تكون مجهدة للطفل، وقد يتلعثم الأطفال أصحاب النطق السليم إن اكتئبوا أو حزنوا، والمصادر

الأخرى للضغط هى الإجهاد وعدم الاستعداد والشعور بالتعب الجسدى الشديد.

٤ - التعبير عن الصراع: يفترض الكثير أن لدى الأشخاص الذين يعانون من التلعثم مشاعر قوية لا يستطيعون التعبير عنها بسبب بعض العوامل الاجتماعية، أو ردة فعل المحيطين السلبية تجاههم، ورغم وجود الأبحاث العلمية القليلة والتى تدعم هذه الفرضيات إلا أن الكثير من المتخصصين يرون أن هذه هى الأسباب الحقيقية، وأن التخلص من الصراع يؤدى إلى التخلص من التلعثم.

طرق الوقاية:

١ - تعليم وتقوية عملية النطق عن الأطفال: بشرط أن لا نجبر الطفل على أن ينطق عنوة، بل يجب أن نشجع الأطفال على إصدار الأصوات وتطوير الكلمات بطريقة مريحة.



٢ ـ تشجيع الملائمة وتقليل التوتر: بطريقة مرحة يساعد الطفل على الشعور بالثقة بين الآخرين وأن يتعلم كيف يتصرف مع الآخرين.

العلاج:

١ ـ نبنى طريقة متخصصة: وذلك بتشجيع الأطفال على تخفيض صوتهم ونطق الأحرف بطريقة بطيئة نوعاً ما بالإضافة إلى الشهيق والزفير قبل كل كلمة.

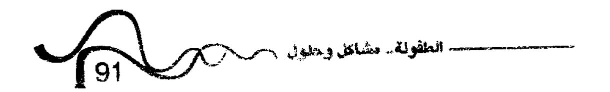
٢ ـ التخفيف من التوتر: وذلك بأن نجعل الطفل أقل قلقاً فإن ذلك يساعدهم على البدء بالكلام فى مواقف لا يتعرضون فيها للتوتر.

٣ ـ تخفيف الضغط: فعند تعليمهم الكلام يجب أن نضيف أى نشاط مجهد، وأن يطمئن الوالدان ولا يتوتران حال فشل الطفل بالنطق، حتى لا ينتقل التوتر من الوالدين للطفل.

٤ ـ المكافأة على النطق السليم السريع: وبالمقابل أن لا تكون هناك مكافأة على النطق المتلعثم وبالتالى يحرص الطفل على تحصيل المكافأة بالنطق الصحيح.

٥ ـ التقييم المتخصص: وذلك فى حالة ازدياد حالة الطفل سوءاً عند الطفل، فإنه يجب مراجعة أهل الاختصاص ومعالجى النطق من الأطباء.

■ ■ ■



مشكلة
التبول اللاإرادى



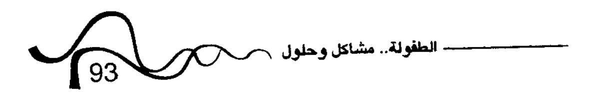
مفهومه:

لا يعتبر التبول فى الفراش من حين لآخر معضلة فى حد ذاته، فالمتبولون يفعلون ذلك عدة مرات فى الأسبوع أو فى كل ليلة أحياناً، وهناك نوعان للتبول:

التبول المستمر منذ الولادة، والتبول المتقطع الذى يحدث فى فترات متقطعة (ثلاثة أشهر ثم انقطاع ثم ثلاثة أخرى)، وأكثر الحالات من النوع الأول (المستمر).

وهى منتشرة بين الأولاد أكثر منها ما بين البنات، وبعض الأطفال يتبولون فى النهار خاصة إذا تهيجوا أن انشغلوا فى أمر ما

والذين يتبولون أثناء الله يجب أن يؤخذوا إلى المرحاض قبل خروجهم للعب أو اللعب على مقربة من



المنزل، وتنبيه الوالدان لطفلهما أن يدخل المنزل ويذهب للمرحاض.

الأسباب:

إن الأسباب الكامنة وراء التبول فى الفراش لدى الطفل الذى انقطع عنه التبول فترة جيدة ثم عاد:

١ ـ أن تكون عنده أزمة عاطفية أو توتر، مثل انجاب طفل جديد فى الأسرة.

٢ ـ المرض

٣ ـ الإنتقال إلى بيت جديد.

أما السبب الغالب فى حالات الأطفال الذين لا ينقطعون ابدأ عن هذه الحالة فهو: عدم النضوج وعدم النمو الكافى لميكانيكية السيطرة على المثانة وهذه السبب يكون وراثياً، ويعتقد أخرون أن هنالك سبب آخر، وهو سوء أوضاع المراحيض، وهناك أسباب عضوية مثل العدوى فى القناة البولية، وهنا يجب عرضه على الطبيب المختص ولسوء الحظ

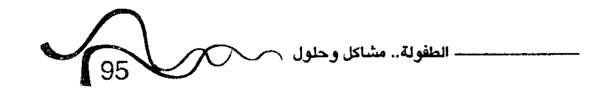
حتى بعد معالجة الطفل فإنه عادة لا ينقطع عن تلك العادة.

طرق الوقاية:

عند تدريب الطفل على استخدام المرحاض يجب تجنب القسوة الشديدة أو التوبيخ أو اشعار الطفل بالخزى لأن ذلك يجعله يحس بالذنب وأنه أقل من غيره، فيتولد لديه شعور بالقلق فلا يتعلم أن يسيطر على المثانة.

ويجب أن يتخلص الطفل أولاً من عادة التبول نهاراً، ثم يتخلص من هذه المشكلة ليلاً.

وعلى الآباء والأمهات عدم الضغط على الطفل فى موضوع التبول قبل نضوجه العقلى، فقد يفقده ذلك الثقة بالنفس ويصعب عليه التحكم فى مثانته وتجاهل الآباء للأمر يخلص الطفل من عادته هذه عند بلوغة سن السابعة من عمره مثلما يعتقد بعض العلماء.



ولكن ينفعل ويضطرب معظم الآباء من التبول على الفراش، مما يقلق الطفل ويثبط من همته فتسوء حالته.

العلاج:

إن مهاجمة الآباء لاطفالهم بالنقد عند التبول فى الفراش أو اتهامهم وتوعدهم بالعقوبة، وإبداء البعض الآخر بروداً عاطفياً نحو الطفل والابتعاد عنه كل هذه الأشياء تؤثر عكسياً فى هذه الحالة.

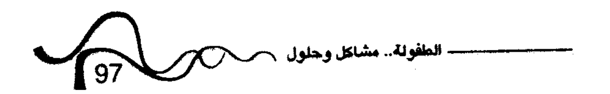
فيجب أن ينظر الأبوان لهذا النقص بهدوء وواقعية وطمأنه الطفل أن سيتخلص من هذه العادة السيئة لأن الطفل القلق الخجل يصعب السير به إلى الخلاص.

١ ـ تقليل كمية السوائل قبل النوم: ويمكن من خلال هذه الطريقة تحقيق بعض النجاح، وأيضاً الطلب من الطفل التبول قبل الذهاب إلى فراشه، وقد تجدى بعض العقاقير نفعاً

لتخفف من التبول فى الفراش، لكن عند التوقف عن العلاج يعود الأمر إلى سابق عهده.

٢ ـ لوحة النجوم: اصنع لوحة نجوم لطفلك، ودعه يسجل الليالى " الجافة" والأخرى "المبللة" بأن يعطى نجوماً ذهبية لليالى الجافة، وأن يكافىء الأبوان الطفل على الليالى الجافة ويتجاهلان الليالى المبللة، فالمكافأة تضع أمام الطفل هدفاً يسعى لتحقيقه فيتقدم نحو الأمام وهذه اللوحات أثبتت جدواها.

٣ ـ الإقلال من التوتر: إذا اختفت هذه العادة عن الطفل فترة ثم عادت، فينبغى للوالدين أن يبحثا عن السبب، فلا بد أن يكون هناك طارىء سبب العودة إلى التبول، مثل ولادة طفل جديد فى الأسرة، أو الانتقال إلى بيت جديد، أو خصام عائلى أو غياب لأحد الوالدين، وعندها يعمل الوالدان على تقليل



أثر هذا الطارىء ويعطون الطفل المزيد من الاهتمام.

٤ ـ الجلوس مع الطفل وقت النوم: والتحدث معه لأن ذلك يسعده، فينام مسترخياً، ويحس بمحبتك له ودعمك له، ومن المستحسن أن تقضى مع طفلك وقتاً من النهار على انفراد لتكشف عن خبايا نفسه وصراعاته النفسية.

٥ ـ العفوية: بعض الآباء يبدلون الشراشف بعد تبول الطفل ويقومون بغسل كل شىء، وهذا نتيجة منطقية ولا يجوز أن يوبخ الطفل أثناء هذه العملية، كما يمنع الطفل من تناول السوائل بعد السادسة مساءً إلى أن تمر ١٤ ليلة جافة، وقد نجح هذا لأن الطعام والشراب قد يكونا أحد الأسباب المسئولة عن التبول.

٦ ـ تخزين البول: معظم المتبولين فى فراشهم لا يستطيعون الاحتفاظ ببولهم فى مثانتهم،

وهكذا فإن تدريب الطفل على اختزان كميات من البول يوماً بعد يوم، ويحاول الطفل أن يحتفظ بالبول فى مثانته إلى آقصى حد يستطيعه وعندما يستطيع الطفل آن يختزن من ٣٥٠ إلى ٤٠٠سم فإن ذلك يدل على أن الطفل أصبح قادراً على السيطرة على مثانته مما يقلل فرصة تبوله فى الفراش، إن تمرين الطفل على وقف نزول البول وإطلاقه أثناء تبوله فى النهار عدة مرات يساعد على تقوية عضلة صمام المثانة ويجب أن يتم هذا التمرين تحت رعاية اهتمام الوالدين.

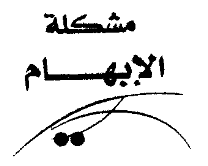
٧ - الإيقاظ أثناء النوم: هذا الأسلوب تكون الخطوة الأولى هى معرفة الساعة التى يتبول فيها الطفل يتمكن من خلال ذلك توقيت ساعة المنبه على الساعة المحددة وعندما ترن الساعة يستيقظ الطفل ويتبول فى المرحاض، وبعد سبع ليال متواليات يقلل الزمن إلى أن

يتعود الطفل الذهاب إلى المرحاض دون جرس ليلة بعد ليلة.

٨ ـ طريقة الجرس والوسادة: ذكر المختصون أن أسلوب الجرس والوسادة أعطى نتائج جيدة فى معظم الأحوال والإجراء هو عبارة عن وسادة خاصة توضع على الفراش وعندما تبتل فى الليل تغلق دائرة كهربية فى داخلها ويرن جرس ويضىء مصباح مما يوقظ الطفل ويوقف التبول وبمجرد تدريب الطفل على التحكم بالمثانة ترفع الوسائد والجرس.

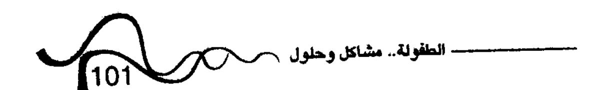
■ ■ ■

مشكلة الإبهـــام



مفهومه:

عندما يضع الطفل إبهامه فى فمه تنغلق عليه الشفتان وتتلو ذلك حركات مص من الشفتين والوجنتين واللسان ويكون الإظفار عادة إلى أسفل وفى الغالب ما تحك يد الطفل الأخرى جزءًا من الجسم مثل الأذن أو الشعر أو شيئاً آخر كالغطاء وبالرغم من انتشار عادة مص الإصبع بين أبناء السنة والسنتين فإن هذه العادة ستضمحل تدريجياً مع نمو الطفل. وهناك عدد قليل من الأطفال تستمر عندهم هذه العادة إلى سن المراهقة والشباب وغالبًا يكون عدد البنات يتجاوز عدد الأولاد بين ماصى أصابعهم.



الأسباب:

١ ـ الميل القوى للمص عند الصغار وهناك أدلة على أن بعض الأجنة تمص أصابعها وهى فى الرحم.

٢ ـ الإحساس بالسعادة والدفء والرضا والمتعة عند مص الأصبع.

٣ ـ المص ممارسته تمنح الطفل الراحة والإسترخاء.

يعرف جميع الناس الأثر المهدىء للمصاصة (الثدى الكاذب) فى الطفل والذى يلجأ إلى مص الأصبع عندما يخاف أو يجوع أو ينعس وأو عندما تكون حاجة لممارسة متعة ما وبالتدريج يتوقف هذا السلوك تلقائياً مع نمو الطفل وعند تعرفه على مصادر بديلة للشعور بالأمن والمتعة.

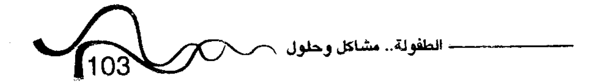
والأطفال الذين يمصون إصبعهم أقل قلقاً وأقل اضطراباً عاطفياً من غيرهم.

أثار مص الأصبع:

ظل أطباء الأسنان يحذرون من النتائج السيئة التى يتركها مص الإبهام على عظام الفك وتشوه الأسنان وصعوبة المضغ والتنفس وتشوه الوجه نفسه.

ويؤثر عمر الطفل ومدة المص وشدته ووضع الفم فى إمكانية خلق المشاكل فى الأسنان والمص يؤدى إلى ضغط على سقف الحلق وعلى الأسنان الأمامية وعلى الأمامية التحتية مما يدفع الأسنان العلوية إلى البروز إلى الخارج والسفلية إلى الداخل فيضيق سقف الحلق.

لن تكون هناك أثار سيئة فى العادة لو انتهى المص قبل ظهور الأسنان الدائمة، فعندما يتوقف المص قبل سن الخامسة وظهور الأسنان الدائمة فإن تشوه الأطباق (الأسنان والحلق) يصلح نفسه بنفسه، ولكم يزداد الخطر إذا استمرت عملية المص بعد سقوط الأسنان اللبنية ويؤدى إلى إحداث عدم توازن دائم فى عضلات الفك، فيتشوه الفك طوال مدة نمو الطفل.



والماص لأصبعه أثناء هذه العملية يكون أقلاً ميلاً الأستجابة حتى أنه لا يستجيب لنداء السائل لو ناده باسمه ذلك لأن الطفل أثناء المص ينقطع عن العالم الخارجى ويغرق فى الأحلام، حتى أن التكلم معه لا يجدى وتزداد هذه الحالة عندما يسخر منهم أطفال آخرون خاصة إذا كانوا أصغر سناً منهم.

طرق الوقاية:

١ ـ إعطاء مصاصة كبديل: وهذه تستخدم كبديل ناجح، وعادة يقلع الأطفال عنها ببلوغهم سن الثالثة، ولكن ذلك لا يحدث فى حالة الإبهام، ويؤدى إلى تشوه أقل منه فى حالة الإبهام، حيث أنه يعتقد أنها قد تصحح تشوه الإنغلاق عند الأطفال.

٢ ـ التسامح: فلا يحدث الأبوان ضجة فى حالة مص الطفل لإبهامه وهو صغير دون الرابعة، لأنه عادة يقلع عنها بعد هذا السن.

٣ ـ توفير الأمان: كلما شعر الطفل بالأمان قلت حاجيته إلى البحث عن الراحة بمص إبهامه لأن أى مصدر للتوتر يجعل الطفل يبحث عن الأمن والذى قد يكون بمص إبهامه وبالتالى توفير جو من الراحة والأمان يساعد فى الوقاية من هذه العادة.

٤ ـ إطالة مدة الرضاعة: إذا كان الطفل يمص إبهامه فور انتهائه من الرضاعة فيستحسن إطالة مدة الرضاعة ويتضمن ذلك إطالة فترة الرضاعة وتأخير الطعام.

العلاج:

١ ـ التجاهل: ذلك للأطفال دون سن السادسة، لأن معظمهم يقلعون عن هذه العادة تلقائياً ولأن المبالغة فى مكافحة هذه العادة تزيد فى تعقيد المشكلة وتضخمها، وعلى ذلك فإن من الأفضل إتخاذ موقف متسامح حتى يشعر

الطفل أن المص قضية غير مهمة، وأظهر حبك له والتفاهم الواسع، وخفف من توتره، ولا تلجأ إلى إجراءات تأديبية عنيفة حتى لا يؤثر ذلك على نفسية الطفل.

٢ ـ التوجيه: من المفيد أن يعلم الطفل مخاطر هذه العادة، ويطلع على النتائج السلبية لها، فيطلب من والديه التعاون معه للتخلص منها.

٣ ـ الثواب والعقاب: لقد أثبت الثواب جدواه، سواء أكان مديحاً أم هدايا تقدم للطفل، وتعتبر المأكولات بديلاً عن المص وهي نوع من الفطام عنه، فيستحب مكافأة الطفل كلما وجد اصبعه جافاً، وتعديد أشكال الثواب، بالإضافة إلى جدوى وجود عقوبة بسيطة لكل مرة يضبط فيها الطفل وهو يمص إبهامه، كحرمانه من بعض الحلوى أو إغلاق التلفاز مثلاً.

وهناك أساليب أخرى يفضل أن تقترن بإجراء الثواب والعقاب منها:

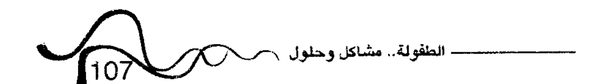
- التذكير: تذكير الطفل بوقف المص كلما قام بذلك

- الحرمان: حرمان الطفل من شيء مفضل لديه

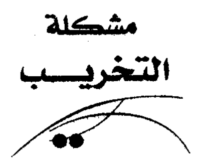
- الاستجابة المنافسة: وذلك بأن يعلم الطفل أن يقوم بأعمال أخرى بنفس اليد عندما يشعر بحاجته للمص

٦ - أجهزة تركب على الأسنان: وهى من أنجح السبل لإيقاف المص وهو جهاز يوضع على سقف الحلق فيمنع تلامس الإبهام مع سقف الحلق.

■ ■ ■



مشكلة
التخريب

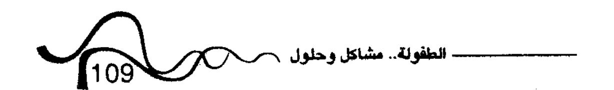


اسباب المشكلة:

١ ـ النشاط والطاقة الزائدة فى الطفل وقد يرجع ذلك الى اختلال فى الغدد الصماء كالدرقية والنخامية ويؤدى اضطراب الغدة الدرقية الى توتر الاعصاب فتتواصل الحركة ولا يمكن للطفل الاستقرار.

٢ ـ ظهور مشاعر الغيرة لدى بعض الاطفال نتيجة ظهور مولود جديد فى الاسرة أو نتيجة التفرقة فى المعاملة بين الاخوة.

٣ ـ حب الاستطلاع والميل الى التعرف على طبيعة الاشياء وكثير من انواع النشاط التى يعدها الكبار نشاطا هداما انما هى جهد يبذله الطفل للوقوف على القوانين الطبيعية.



٤ ـ النمو الجسمى الزائد مع انخفاض مستوى الذكاء.

٥ ـ شعور الطفل بالنقص والظلم والضيق من النفس وكراهية الذات تدفع الطفل للانتقام ولأثبات ذاته.

لعلاج المشكلة:

١ ـ يجب معرفة الاسباب الكامنة وراء هذا السلوك والعوامل التى ادت لظهوره وهل هى شعورية أو لاشعورية.

٢ ـ توفير الالعاب البسيطة للطفل التى يمكن فكها وتركيبها دون ان تتلف.

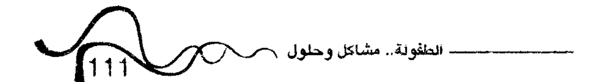
٣ ـ الابتعاد عن كثرة تنبيه الصغير وتوجيهه لأن ذلك يفقد قوة تأثير التوجيه ويفقد الطفل الثقة فى امكاناته ويجب ان تقلل الأوامر والنواهى التى تجعل الاطفال يشعرون بالملل وليس معنى ذلك ترك الامور بل خير الامور

الوسط الحزم بغير عنف ومرونه بدون ضعف
مع بيان ماهو خير وما هو شر.

٤ ـ عرض الطفل على الطبيب للتأكد من طبيعة الغدة الدرقية وقياس مستوى ذكاء الطفل عن طريق مقاييس الذكاء.

٥ ـ اشباع حاجة الطفل للاستطلا ع ليس فقط بتوفير اللعب بل ومراعاة مايناسب سنه وتنوعها بحيث تشمل الالعاب الرياضية تفرغ الطاقات الجسدية.

■ ■ ■



مشكلة
الشجار بين الأبناء

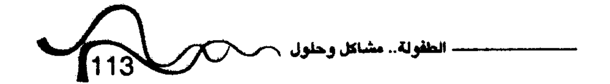
الصراع الذى ينشب بين الأشقاء ليس شرا كله , إذ من خلاله يتعلم الأبناء الدفاع عن أنفسهم والتعبير عن مشاعرهم ,لكن إذا تطور الأمر إلى الإيذاء والاعتداء البدنى هنا يلزم التدخل من قبل الوالدين.

لماذا يحدث شجار بين الأشقاء؟

يتطور صراع الأشقاء لعدة اسباب منها:

١ ـ تفضيل احد الوالدين طفل على الآخر قد يولد البغضاء بين الأبناء.

٢ ـ رفض الوالدين سلوك احد الأبناء يظهر من خلال سلوك الآخرين تجاه هذا الابن.



٣ ـ الصراع بين الأبناء فى احيان كثيره يحاكى الصراع الناشب بين الأبوين.

٤ ـ شعور الأبناء بأن الصراع الناشب بينهم يصرف انظار الوالدين عن مشاكل اخرى بينهما.

ماذا نصنع؟

١ ـ نتجاهل الشجارات التافهه: عندما يكون الطرفين متكافان والموضوع تافه لا تتدخل طالما أنه لا يتعرض احد الطرفين للإيذاء لأن فى ذلك تعويد لهما على حل النزاع دون اللجوء للاخرين.

٢ ـ درّب الأبناء على مهارات حل المشكلات: من خلال دعوتهم بعد ان يتوقف الشجار وتدريبهم على تحديد المشكلة وتوليد الحلول واختيار الأنسب منها.

٣ ـ مكافأة الأبناء عن ما يتسامحون فيما بينهم وعند اظهار روح التعاون فيما بينهم.

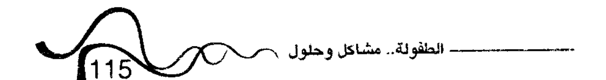
٤ - استخدام الإبعاد المؤقت مع الاثنين: حتى يتعودون ظبط النفس.

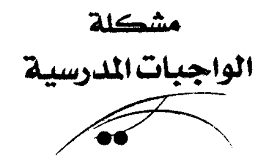
٥ - تجنب المقارنه:لانه يخلق حالة من الغضب لدى الطفل اتجاه اخوانه.

٦ - حاول ان تقضى وقتا بشكل منفرد مع كل طفل.

٧ - تذكر ان الشجار بين الأخوة امر طبيعى

■ ■ ■

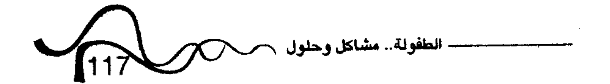




مشكلة
الواجبات المدرسية

وبالرغم من الجهد الذى تبذله الأم فى محاولة أن يبدأ ابنها أو أبنتها بداية جيدة فى عام دراسى جديد. إلا أن الأبن يحاول أن يهرب من الواجب بكل الطرق.

مثلاً: قد تحدث معركة بين الابن ووالديه من أجل تأدية واجباته المدرسية. وقد يقوم الطفل بالمجادلة لمدة ساعتين من أجل القيام بواجباته أو يتفنن فى ضياع الوقت بأن يبرى القلم مرة كل كلمتين أو يشطب الجملة ويعيد كتابتها مرة أخرى أو أن يذهب إلى دورة المياه كل ربع ساعة أو أن يخلق الأعذار بأن يطلب الأكل أكثر من مرة..... كل هذه محاولات



لتضييع الوقت ثم يبكى الطفل وذلك لأن الوقت ضاع وأنه تعب من الكتابة.

وبإختصار يفعل كل شىء لكى يهرب من الواجبات المدرسية. هذا النوع من الأطفال تجدهم أيضاً فى المدرسة لايكملون كتابة الدرس ويفضلون أن تكتب لهم أمهاتهم واجباتهم رغم أن الاغلبية منهم أذكياء.

هذا التصرف قد يجعلنا نحكم عليهم بالأهمال ولكن هذا المفهوم خطاء كمايقول علماء النفس فيرون أن الطفل هنا يحتاج إلى مساعدة نفسية وليست مساعدة فى حل الواجب.

فالوالدين عندما يرون ابنهم مقصر فى حل واجباته فإنهم فيعتقدون أنه مهمل رغم توفر كل وسائل الراحة له. إلا أن عدم الاهتمام به يعطيه عدم الثقة بنفسه .فينعزل عن أصدقائه أو يغرق فى قراءة الكتب أو مشاهدة التليفزيون ويصبح حساساً جداً من مشاكله الصحية ويمكن أن ينقلب إلى طفل مشاغب فى المدرسة.

العلاج:

١ ـ يجب عليك أن تعطيه الاهتمام مثل أخوته تماماً وأن تعدلي بينهم.

٢ ـ كذلك يجب عليك أن تعطيه الثقة بنفسه فإذا نجح في عمل في البيت اجعليه يكرره مرة أخرى.

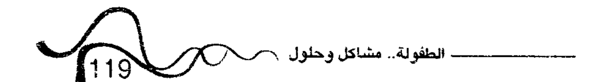
٣ ـ عليك أن تهتمي بملابسه وتبدي اعجابك بما يختاره.

٤ ـ ولا تلقي العبء وحده بل اجعليه يشعر بالمساعدة.

٥ ـ لا تؤنبيه إذا أخطاء في شيء.

٦ ـ إذا حصل على درجات عالية عليك أ تفتخري به بين أصدقائه.

٧ ـ افعلي كل هذا بدون مبالغة في المديح حتى لايشعر أنه عملية مفتعلة.



٨ ـ أختارى له الأصدقاء أصحاب الأخلاق الحسنة والمتفوقين فى المدرسة.

٩ ـ هذا العلاج يحتاج إلى وقت طويل لكى يتغير الطفل.

■ ■ ■

مشكلة
الألفاظ النابية

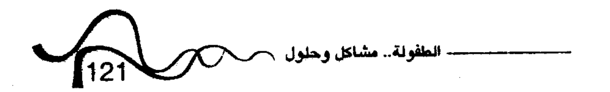


يجب ربط الأطفال منذ نعومة أظفارهم بالله سواء عند الثواب أو العقاب وعلى أى خطأ يرتكبونه منذ سن الثانية.. قولى له: لا تقل هذه الكلمات السيئة والبذيئة لكى يحبك الله وإذا أحبك الله يجعل ماما وبابا وكل الناس يحبوك..

قولى له: ماما تحبك ولكن تزعل منك لو قلت هذه الكلمة لأنها كلمه سيئة ما يقولها الولد الصالح، الطيب، المؤدب..

أجلسيه فى مكان محدد يعاقب فيه الطفل ولا يتحرك منه لمدة دقيقة أو اثنين ثم يطلب منه الاعتذار.

قد تضيفين لطفل السابعة بأن تقولى له " أنا أعرف بأنك فتى طيب ومؤدب - ولكن الشيطان



يجعلك تقولها عشان ربنا يزعل منك وهو يفرح بعملك هذا ذ فإذا وسوس لك أو قال فى نفسك أشتم أو سب أو أفعل كذا وكذا قل - أعوذ بالله من الشيطان الرجيم أنا ولد مسلم ما أخليك تفرح وأبغى ربنا يحبنى ويدخلنى الجنة

اسباب المشكلة

هناك عدة حالات ومسببات تدفع الطفل إلى تعلم السب والشتم والتعود عليه، ومنها أنه عند بداية انتقالهم لمرحلة اللعب مع الأطفال الآخرين يتولد لديهم إحساس بالصراع والنزاع فيتسبب ذلك فى توليد الرغبة لاستخدام كلمات عدائية مع الأطفال تظهر عدم رضاهم ومنازعتهم على الأشياء فيستخدموا غالبا الكلمات التى يسمعونها من والديهم عند الغضب أو الكلمات التى تستخدم فى الأماكن غير الجيدة كالحمام وتكون وقتها افضل الكلمات التى تعبر عن عدم رضاهم

- لا تبدى انزعاجا ملحوظا عند سماعك لكلمة الشتم عند الوهلة الأولى وكذلك لا تبدى ارتياحا ورضا بالتبسم والضحك مما يولد تشجيعا له على تكرارها.

- عند سماعك كلمات سيئة منه حاولى أن تشرحى له أن هذه الكلمات تؤلم مشاعر الآخرين كما يؤلمهم الضرب.

- حاولى أن تدربيه على كيفية التعبير عن عدم الرضا عن الآخرين وذلك بان تدربيّه على قول - إذا عملت معى كذا فذلك سيغضبنى منك - وإذا استدعى الأمر قولى له لا تلعب مع هذا الطفل وأجعليه يلعب مع آخرين.

- قد لا تؤدى الخطوات المذكورة إلى نتائج سريعة وفعالة لان إحساس الطفل بقدرته على إحداث الأثر والانفعال على أعدائه - فى اللعب بالسب

والشتم أقوى من اثر الضرب لذلك فهو يشبع رغبة جامحة تجعله يحرص على الشتم وتفضيله على الحلول الأخرى.

- دائما يكون التعبير بالقدوة هو افضل الوسائل لتدريب الطفل ومعالجة تلفظه بكلمات نابية ولذلك يجب أن يتجنب الكبار التلفظ بما يكرهون أن يتلفظ به الصغار وكذلك التصرف بانفعالات وعصبية وسلبية فى المواقف والتى بلا شك ستنتقل إلى الصغار الذين يفهمون اكثر بكثير مما يعتقد أهليهم انهم يفهمونه فمثلا عند اعتراض سيارة للأب أثناء قيادته ومعه الطفل يجب انضباط الأب وعدم التلفظ بالألفاظ غير اللائقة عن السائق الآخر وأمام الابن وإلا سيكون خير مثال يحتذى به.

هناك أسباب أخرى للشتم

وهى أن يستخدم الطفل الشتم على سبيل المرح ولجلب اهتمام الآخرين وليس للعداء مع الآخرين كأن

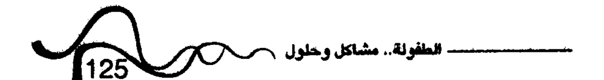
يكون صوت كلمة الشتم جميل وله نغمة وعذوبة ويعالج ذلك بان نطلب منه الذهاب إلى مكان لوحده ويكرر لفظ الكلمة عدد ما يشاء وحيدا وبعيدا عنهم ويعلم انه قد يؤذى الآخرين ولا يريدون سماعها، أو نحاول استبدال كلمة الشتم بكلمة مشابهة لها فى الصوت والنغمة مثل حمار بفنار أو محار وكلب بقلب..

- لا تحبطى إذا تكرر سماعك لما تكرهين لان الطفل لن ينسى أو يتغير بين يوم وليلة.

- حاولى استخدام كلمات جميلة أو مقبولة للتعبير بها عن الأشياء غير الجميلة ذ مثل كلمات الحمام..

- كلما يكبر الطفل سيكون أكثر فهما للكلمات التى يجب أن لا يتفوه بها وعندها يمكن التعامل معه من مبدأ الثواب والعقاب على كل كلمة سيئة ينطق بها.

■ ■ ■





١٤ طريقة لتحسين تركيز طفلك

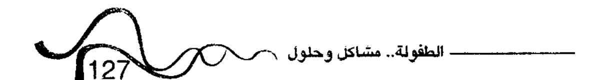
أن هناك أشياء كثيرة يمكنك القيام بها لمساعدة طفلك وتحسين تركيزه نوجزها فى التالى:

١ ـ التشاور والتباحث مع المدرس:

إذا كانت هذه المشكلة تحدث مع طفلك فقط فى المدرسة فقد يكون هناك مشكلة مع المدرس فى أسلوب شرحه للدرس، وفى هذه الحالة لابد من مقابلة المدرس ومشاورته ومناقشة المشكلة والحلول الممكنة.

٢ ـ مراقبة الضغوطات داخل المنزل:

إذا كانت هذه المشكلة تحدث مع طفلك فى المنزل فقد يكون ذلك رد فعل لضغوط معينه فى المنزل،



فـإذا لاحظنا تشـتت الانتـبـاه أو النشـاط الـزائد أو الاندفــاع " التــهــور"لدى طفلك وأنت تمر بظروف انفصال أو طلاق أو أحوال غير مستقرة، فان هذا السلوك قـد يكون مؤقتاً، ويقتـرح الأخصائيون هنا زيادة الوقت الذى تقـضـيـه مع الطفل حـتى تـزيد فرصته فى التعبير عن مشاعره.

٣ ـ فحص حاسة السمع:

إذا كان طفلك قليل الانتباه وسهل التشتت ولكن غيـر مندفع أو كثير الحركة، فـعليك فحص حـاسة السـمـع عنده للتـأكد من سـلامـتـه وعـدم وجـود أى مـشكلات به وبعمليات الاستماع، ففى بعض الأحيان رغم أنه يسمع جيدا يحتمل أن المعلومات لاتصل كلها بشكل تام للمخ.

٤ ـ زيادة التسلية والترفيه:

يجب أن تحـتـوى أنشطة الطفل على الحـركـة والإبداع، والتنوع، والألوان والتماس الجسدى والإثارة

فمثلا عند مساعدة الطفل فى هجاء الكلمات يمكن للطفل كتابة الكلمات على بطاقات بقلم ألوان وهذه البطاقات تستخدم للتكرار والمراجعة والتدريب.

٥ ـ تغيير مكان الطفل:

الطفل الذى يتشتت انتباهه بسرعة يستطيع التركيز اكثر فى الواجبات ولفترات أطول إذا كان كرسى المكتب يواجه حائطاً بدلاً من حجرة مفتوحة أو شبك.

٦ ـ تركيز انتباه الطفل:

اقطع قطعة كبيره من الورق المقوى على شكل صورة ما وضعها على مساحة أو منطقة تركيز الانتباه أمام مكتب الطفل واطلب منه التركيز والنظر داخل الإطار وذلك أثناء عمل الواجبات وهذا يساعده على زيادة التركيز.

٧ ـ الاتصال البصرى:

لتحسين التواصل مع طفلك قليل الانتباه عليك دائماً بالاتصال البصرى معه قبل الحديث والكلام

٨ ـ ابتعد عن الأسئلة المملة:

تعود على استخدام الجمل والعبارات بدلاً من الأسئلة فالأوامر البسيطة القصيرة أسهل على الطفل فى التنفيذ.. فلا تقل للطفل ألا تستطيع أن تجد كتابك؟) فبدلاً من ذلك قل له: (اذهب واحضر كتابك الآن وعد قل له أرنى ذلك)

٩ ـ حدد كلامك جيداً:

يقول د. جولد شتاين.. الخبير بشؤون الأطفال: دائماً أعط تعليمات إيجابية لطفلك فبدلاً من أن تقول لا تفعل كذا، اخبره أن يفعل كذا وكذا، فلا تقل (ابعد قدك عن الكرسى) وبدلاً من ذلك قل له (ضع قدمك على الأرض) وإلا سوف يبعد الطفل قدميه عن الكرسى ويقوم بعمل آخر كأن يضع قدميه على المكتبة.

١٠ ـ إعداد قائمة الواجبات:

عليك إعداد قائمة بالأعمال والواجبات التى يجب على الطفل أن يقوم بها ووضع علامة (صح)

أمـام كل عـمل يكمله الطفل وبهـذا لا تكرر نفـسك وتعمل هذه القائمة كمفكرة، والأعمال التى لا تكتمل أخبر الطفل أن يتعرف عليها فى القائمة.

١١ ـ تقدير وتحفيز الطفل على المحاولة:

كن صبوراً مع طفلك قليل الانتباه فقد يكون يبذل أقـصى مـا فى وسـعـه فكثـيـراً من الأطفـال لديهم صعوبة فى البدء بعمل ما والاستمرار به.

١٢ ـ حدد اتجاهك جيداً:

خبـراء نمو الأطفال ينصحـون دائما بتجاهل الطفل عندما يقوم بسلوك غيـر مرغوب فيه، ومع تكرار ذلك سيـتوقف الطفل عن ذلك لأنـه لا يلقى أى انتبـاه لذلك والمهم هـو إعـارة الطفل كل انتـبـاه عندمـا يتـوقف عن السلوك الغير مرغوب ويبدأ فى السلوك الجيد

١٣ ـ ضع نظاماً محددا والتزم به:

التـزم بـالأعمـال والمواعيـد الموضـوعـة، فـالأطفـال الذين يعـانون من مـشـكلات الانتباه يـستفـيدون غـالبـاً

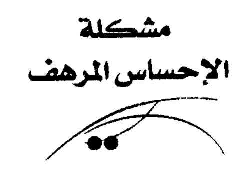
من الأعمال المواظب عليها والمنظمة كأداء الواجبات ومشاهدة التلفاز وتناول الأكل وغيره ويوصى بتقليل فترات الانقطاع والتوقف حتى لا يشعر الطفل بتغيير الجدول أو النظام وعدم ثباته

١٤ ـ أعط الطفل فرصة للتنفيس:

لكى يبقى طفلك مستمراً فى عمله فترة أطول يقترح الخبراء السماح بالطفل ببعض الحركة أثناء العمل.. فمثلاً: أن يعطى كرة إسفنجية من الخيط الملون أو المطاط يلعب بها أثناء عمله.

■ ■ ■

مشكلة
الإحساس المرهف



الاطفال ذوو الاحساس المرهف يجب التعامل معهم بحرص شديد ويجب معرفة ان هؤلاء يجدون متعة كبيرة عند مساعدة الاشخاص المحيطين بهم فى التغلب على مشاكلهم التى تصادفهم وتقدير المجهود والاعمال التى يقومون بها، وحساسية الطفل ناتجة عن ضعف الثقة بالنفس والشعور بالنقص وعدم تقدير الطفل أو الثناء على انجازاته من قبل الاسرة.

وتؤكد العديد من الدراسات والابحاث العلمية ان الاطفال ذوى الشعور والاحساس المرهف يحتاجون احتراما وتقديرا للمشاكل التى تواجههم حتى ولو كانت بسيطة ا وغير ذات قيمة بالنسبة للأشخاص الاكبر منهم عمراحتى لايصابوا بالتوترات العصبية

والضغوط النفسية. ايضا يحتاج اولئك الاطفال الى من يستمع لهم

وهنا يجب على الوالدين ايضا معرفة المشاكل التى تواجه هؤلاء الاطفال والجلوس معهم وتخصيص وقت لهم لمناقشتهم للتوصل لحل لجميع المشاكل التى تعتريهم ويجب ان يعلم الوالدين ان هؤلاء الأطفال يحتاجون لأثبات ذاتهم ومحتاجون لكلمات الثناء والمديح وعدم توجيه أى كلمة تنم عن اللوم والتوبيخ امام الاخرين حتى لايسبب لهم ذلك الاحباط والتوترات النفسية، وان كانت هناك مشاكل عائلية أو شخص مريض يجب ابعاد الطفل عن تلك الاشياء حتى لاتؤثر فى نفسيته

■ ■ ■

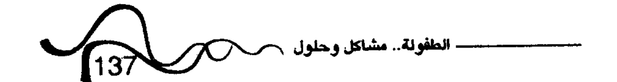
مشكلة

الطفل الفوضوى

تعانى كثير من الأمهات من فوضى وإهمال أبنائهم وعدم ترتيبهم للأشياء الخاصة بهم فى غرفهم وخزائنهم.

يقول علماء النفس: إنَّ الأولاد الذين يعانون مشاكل سلوكية يأتون من بيوت تسود فيها الفوضى والإهمال؛ حيث لا توجد قوانين وتنظيمات ثابتة فى حياة الأسرة لتنظيم مجرى الأمور بشكل يمنح الأولاد الثقة والتعاون، وتعويدهم العطاء وحبِّ الخير ومحبّة الآخرين.

فطفلك بحاجة لمن يضع له حدوداً فى كل مجالات حياته اليومية، فهو يحتاج إلى أن يعرف متى يأكل، ومتى يستحم، ومتى يذهب إلى سريره، وكذلك ترتيب أغراضه.



هذه الحدود التى يضعها الوالدان تعطى شيئاً من الانضباط داخل الأسرة، وهذا الانضباط يعطى ولدك شعوراً بأنَّ هناك من يحميه ويهتم به ويرعاه.

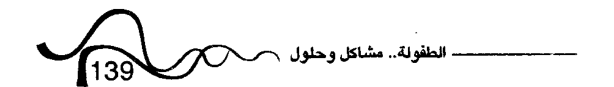
وإذا أَمْعَنا النظر فى حال الأمهات مع أطفالهن فى قضية الترتيب والنظام والانضباط نجد أنَّهن على حالين:

- من الأمهات من لا تبدى لطفلها أى ضيق من عدم ترتيبه لأشيائه فى غرفته وخزانته، وتقوم هى بترتيب كلِّ شىء.. ويتكرر ذلك مهما تكررت فوضى طفلها وإهماله !
- ومنهن من تثور ثائرتها؛ فتصرخ فى طفلها بكلمات تزيد من سلوكه السيئ وتضعه فى دائرة الكسالى.

وكلا الحالتين جانبهما الصواب.. فالأمُّ الأولى تنشئ طفلاً اتكالياً، والثانية تقهر طفلها دون أن تسلك به مسلك التعليم.

وما ينبغى أن يفعله طفلك هو إعادة ترتيب غرفته وخزانته، ومن أجل تعويده احترام تلك الأمور ينصحك خبراء التربية باتباع ما يلى:

- حاولى تبسيط عملية الترتيب والنظام لطفلك بتقسيمها إلى مراحل، كأن تقولى له: «ضع المكعبات فى السلة الخاصة بها، ثم اجمع الكتب وضعها على الرف.. ولا بأس بمشاركتكِ» إياه فى المرّات الأولى على الأقل.
- عوِّديه مرّة تلو الأُخرى.. وساعديه فى تعليق ثيابه التى ألقاها فى زوايا الغرفة.. وقولى له: «سأعلق لك ثيابك هذه المرّة وساعدنى فى ذلك". وفى المرّات اللاحقة تستطيعين أن تشجِّعى» طفلك على الترتيب مستفيدة من التجربة السابقة: «هيا يا بطل.. أنت تستطيع أن ترتِّب غرفتك كما فعلت المرّة الماضية بنجاح».



- شجِّعى طفلك على احترام النظام والترتيب وقولى له: "إذا استيقظت وجهَّزت نفسك باكراً للمدرسة، ورتبت غرفتك.. تستطيع اللعب قليلاً قبل الذهاب إلى المدرسة أو بعد العودة".

- كذلك يجب على كلا الوالدين أن يتفقا على نفس النظام والقوانين البيتية، فلا يجوز أن تتسامح الأمُّ بموضوع معيَّن ثمَّ يأتى الأب ويناقضها كلياً فى نفس الموضوع !!

إنَّ مثل هذا التناقض فى الأساليب التربوية فى البيت الواحد يؤدى إلى البلبلة والحيرة والضياع عند طفلك.. وهذه المشاعر غالباً ما تكون هى المسؤولة عن الفوضى والإهمال والمشاكل السلوكية الشائعة عند أطفالنا.

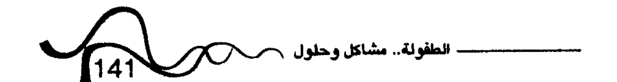
- حاولى بعد ذلك أن يتحمّل طفلك بمفرده مسؤولية إنجاز عمل ما، كترتيب أغراضه، بعد أن تحددى له أهداف هذا العمل، وما ينتظر

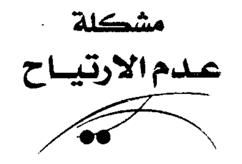
منه أن يعمله.. فيمكن أن تعلِّمى طفلك البالغ (٣سنوات) أن يرفع لُعَبه قبل الطعام وإعادتها إلى مكانها، وترتيب أدواته الخاصة به من قصص وملابس بسيطة ونحوها.

- اجعلى فكرة التعاون والمشاركة فى إنجاز عمل ما، مع مجموعة يكون طفلك واحداً منها، وهنا يعرف أهمية التعاون وقيمته فى إنجاز الأعمال وترتيب الأشياء.

- أظهرى مشاعر الفرح والسرور بعد إنجازه العمل، وذلك بحزم ولطف معاً، ودربيه على حسن استخدام المرافق والأدوات ورعاية الأثاث والاهتمام بنظافته، والمساهمة فى تزيين المائدة والتزام النظام فى جميع الشئون.

■ ■ ■





مشكلة
عدم الارتيـاح

شعـور الطفل بعـدم الارتيـاح والاضطـراب والهم ويظهـر ذلك نتيجة للخوف المسـتمـر من فقدان احد الابوين والتـعلق غـيـر الآمـن بالحـاضن، ويعـبـر عنه الطفل ببكاء شـديد لمدة طويلة عندمـا ينفـصل عن امه،ثم ببكائه مره اخرى عندما يجتمعان، كذلك يبكى الطفل الغير آمن عندما يبعد عن الالتصاق العضوى بجسد الأم.

اسباب المشكلة:

١ ـ الشعـوربعدم الأمـان نتـيجـة للحمـاية الزائدة والاعتماد على الكبار.

٢ ـ غـيــاب الأم المتكرر عن الطفل فـى السنوات الأولى من عمره.

٣ ـ المشاكل والصراعات الاسرية التى تثير خوف الطفل من فقدان احد الابوين.

٤ ـ افتقاد الطفل للأب أو الاخ الذى يعلمه مظاهر الرجولة وافتقاد الطفلة لوجود ام أو اخت تعلمها مظاهر الانوثة.

٥ ـ عدم انجاب الأم للذكور فتنادى الفتاة باسم ذكر لتحقيق رغبتها بوجود ابن ذكروالعكس.

٦ ـ وجود ملامح انثوية لدى الاطفال الذكور من العوامل المهيئة لحدوث الاضطراب للذكور وكذلك وجود ملامح ذكورية لدى الاناث.

ويقترح لعلاج المشكلة:

١ ـ اشعار الطفل بالأمن والطمأنينة وتعويده الاعتماد على النفس.

٢ ـ بناء علاقة عاطفية ومستمرة معه.

٣ ـ التماسك الأسرى وحل الخلافات الاسرية بعيد عنه.

٤ ـ عدم تركه فجأة فى السنوات الأولى من عمره، وإذا حدث يجب تعويضه بحاضن مناسب.

مشكلة اضطراب الهوية الجنسية: كرب شديد ينتاب الطفل حول جنسه، وإصراره على انه من الجنس الآخر أو رغبته الملحة فى ان يصبح من جنس غير جنسه، مع الرفض الدائم للتركيب التشريحى والانشغال بأنشطة من هم من غير جنسه أو التعبير الصريح برغبة الطفل فى ان يكون من جنس غير جنسه.

فالاناث المصابات بهذا الاضطراب يمارسن الالعاب الخشنه ويلعبن دور الذكور ويخترن العابهم ويبتعدن عن اللعب بالعرائس والذكور المصابين بهذا الاضطراب فتكون مظاهر تخنثه واضحة فى حبه لبس الفساتين ولعبه بالعرائس ولايحب اللعب مع الاولاد ويبدأ هذا الاضطراب قبيل الرابعة من العمر ويزداد فى عمر المدرسة الابتدائية وبخاصة فى الفئة العمرية ٧ ـ ٨ سنوات.



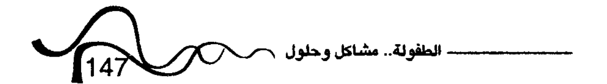
مشكلة
العـــــدوان



العـدوان نوع من السلوك الاجـتـمـاعى ويهـدف الى تحقيق رغبة صاحبه فى السيطرة وايذاء الغير أو الذات تعويضا عن الحرمان أو بسبب التثبيط ويعد استجابة طبيعية للاحباط وهو متعلم اومكتسب عبر التعلم والمحاكاة نتيجة التعلم الاجتماعى فالطفل يستجيب للمواقف المختلفة بطرق متعددة قد تكون بالعدوان أو التقبل ويتخذ العدوان اشكال عدة فقد يكون لفظيا أو تعبيريا أو مباشر اوغير مباشر أو يكون جمعى اوفردى أو يكون موجه للذات وقد يكون مقصود أو عشوائى..

اسبـــاب المشـــكلة:

١ ـ رغبة الطفل فى التخلص من السلطة ومن ضغوط الكبار التى تحول دون تحقيق رغباته.



٢ ـ الشعورالحرمان فيكون الطفل عدوانى انعكاسا للحرمان الذى يشعر به فتكون عدوانيته كأستجابة للتوتر الناشئ عن استمرار حاجة عضوية غير مشبعة أو عندما يحال بينما يرغب الطفل أو التضييق عليه أو نتيجة هجوم مصدر خارجى يسبب له الشعور بالألم. اوعندما يشعر بحرمانه من الحب والتقدير رغم جهوده المضنية لكسب ذلك فيتحول سلوكه الى عدوان

٣ ـ الشعور بالفشل:احيانا يفشل الطفل فى تحقيق هدفه اكثر من مره مثلا عندما لاينجح فى لعبه يوجه عدوانيته اليها بكسرها أو برميها.

٥ ـ شعور الطفل بعدم الأمان وعدم الثقة أو الشعور بالنبذ والإهانة والتوبيخ.

٤ ـ التدليل المفرط والحماية الزائدة للطفل فالطفل المدلل تظهر لديه المشاعر العدوانية

اكثر من غيره، فالطفل عندها لايعرف الا الطاعة لأوامره ولايتحمل الحرمان فيتحول سلوكه الى عدوان.

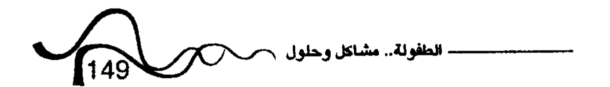
٦ - شعور الطفل بالغضب فيعبر عن ذلك الشعور بالعدوان.

٧ - وسائل الإعلام المختلفة وترك الطفل لينظر فى افلام العنف والمصارعة الحرة يعلم الطفل هذا السلوك.

٨ - تجاهل العدوان من قبل الوالدين فكلما زادت عدوانية الطفل كان اكثر استعدادا للتساهل مع غيره من الاطفال

٩ - غيرة الطفل من اقرانه وعدم سروره لنجاح الغير يجعله يسلك العدوان اللفظى بالسب والشتم أو العدوان الجسدى كالضرب.

١٠ - شعور الطفل بالنقص الجسمى أو الاقتصادى عن الأخرين وشعوره بالاحباط.



١١ ـ رغبة الطفل فى جذب الانتباه من الاخرين باستعراض قواه امامهم.

١٢ ـ العقاب الجسدى للطفل يعزز يدعم فى ذهنه ان العدوان والقسوة شىء مسموح به من القوى للضعيف.

ونقترح لعلاج هذه المشكلة:

١. تجنب اسلوب التدليل الزائد أو القسوة الزائدة حيث ان الطفل المدلل اعتاد تلبية رغباته جميعها والطفل الذى حرم الحنان وعومل بقسوة كلاهما يلجأن للتمرد على الأوامر.

٢. لاتحرم الطفل من شىء محبب اليه فالشعور بالألم قد يدفعه لممارسة العدوان.

٣. اشعره بثقته بنفسه وانه مرغوب فيه وتجنب اهانته وتوبيخه أو ضربه.

٤. قد يلجأ الطفل لجذب انتباهك فإذا تأكدت من ذلك تجاهل هذا السلوك فقط فى هذه الحالة.

٥ ـ قـد يكون طفلك يقلد شـخـصـا مـا فى المنزل يمارس هذ ا العدوان أو يقلد شخصية تلفزيونية أو كـرتونية شـاهدها عـبرالتلفاز فـحاول ابعـاد الطفل عن هذه المشاهد العدوانية.

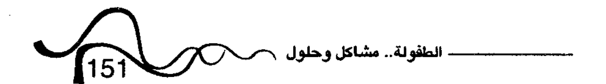
٦ـ اشرح له بلطف سلبية هذا السلوك وما النتائج المترتبة على ذلك.

٧ ـ دعـه ينفس عن هذا السلوك باللعب ووفـر له الالعاب التى تمتص طاقته وجرب ان تشركه فى الاندية الرياضية.

٨ ـ عزز السلوك الا عدوانى ماديا أو معنويا.

٩ ـ ابداء الاهتمام بالشخص الذى وقع عليه العدوان اما م الطفل العدوانى حتى لايستمر فى عدوانيته.

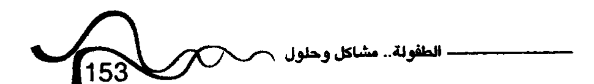
١٠ ـ حـاول تجنب اسـاليب العـقـاب المؤلمة مع الطفل العدوانى كالضـرب والقـرص ويفـضل استخدام اسلوب الحرمان المؤقت بمنعه مثلا من ممارسة نشاط محبب للطفل اذا ما اقدم اثناءه على العدوان.



وتتخذ اشكال عدة:

- الأرق المصحوب بالتقلب وكثرة الحركة وهى حالة يتعذر فيها على الطفل النوم.
- افراط النوم ويبدو فيها خمول الطفل واضحا وميله الى النوم ساعات عديدة نهار بالاضافة الى ساعات نومه المعتادة فى الليل.
- الصراخ والخوف الشديد اثناء النوم مصحوبا بالبكاء.
- المشى اثناء النوم أو الكلام أو الاستيقاظ المبكر أو قرض الاسنان وغيرها..

●●



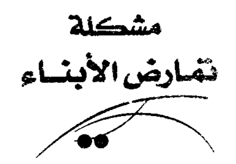
اسباب مشاكل اضطرابا ت النوم:

تظطر الأم أحيانا الى الخروج من المنزل دون ان تصحب معها طفلها الصغير وهذا يثير الطفل فيشعر بالغضب والحزن ويعبر عن ذلك بالتذمر والبكاء احيانا أو التعلق بالأم وقد تغضب الأم وتتذمر من سلوك طفلها هذا وقد تضربه أو تكف عن ذهابها...

والأم الحكيمة هى التى تعرف كيف تمتص حدة الموقف وتخفف عن الطفل وتخرج من المنزل بطيئا تدريجيا وبإقناع وتفهم من جانب الطفل لا بعصبية أو اوامر لأن العصبية أو القسوة على الطفل وزجره و.. و.. و.. وغيرها من اساليب تؤثر على نفسية الطفل وقد لاتكون قبل خروج الأم من المنزل فقط ولكن تستمر حتى بعد عودة الأم فتشعر الأم بالغضب ورفض الطفل.

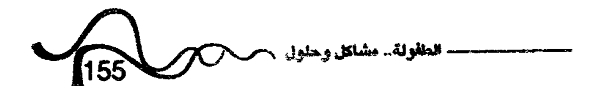
■ ■ ■

مشكلة
تمارض الأبناء



مع بدء العام الدراسى تواجه بعض الاسر مشكلة لدى احد ابنائها بالامتناع عن الذهاب للمدرسة والتمارض بأى مرض مثل وجع الرأس، البطن....الخ من حيل تشفع له عند والديه عدم الذهاب للمدرسة ولاشك ان لكل مشكلة اسباب تكمن وراء نشوئها وقد يكون الطفل صادق فيما يقول وقد يكون خاطئ ويستعمل التمارض كحيلة هروبية من المدرسة فيجب ان تتأكد الأم فى البداية ما اذا كان الطفل مريضا فعلا أو انه يحتال بإعطائه المسكنات والادوية والذهاب به الى الطبيب لتتأكد من سلامته....

اما اذا كانت المسألة نفسية للاحتيال على الاسرة بالامتناع عن الذهاب للمدرسة هنالابد ان نضع هذه



المشكلة تحت المجهر ونقف على اهم تلك الاسباب اولا وان نحلل تلك المشكلة بجميع ابعادها لنرى ماهو السبب الخفى الذى يجعل الطفل يتمارض ويتعلل بالمرض لكى لايذهب للمدرسة فعلى الأم ان تبحث جاهدة عن السبب وتتلافاه وكما يقال (اذا عرف السبب بطل العجب).

ومن تلك الاسباب:

١ ـ تعلق الطفل الشديد بأمه وخوفه من فقدانها وتركها له أو تعلقه بألعابه وغرفته أو للعب مع اخوته.

٢ ـ الخوف من المدرسة نفسها أو من المعلمين من عقابهم أو عدم اداء احد الواجبات أو للتخلص من حصة مادة معينة لايحبها الطفل أو لعدم حضور الامتحان.

٣ ـ شعور الطفل بالملل وتقليد بعض اصدقائه الذين يتغيبون عن المدرسة.

٤ ـ رغبة الطفل بجذب انتباه والديه خاصة اذا كان الطفل يفتقد الحب والحنان والرعاية أو كان غيورا من اخيه أو أخته الصغرى التى نالت مكانه من الدلال أو كان مهملا من قبل والدته فيتمارض لكى يكسب الحب والحنان والاهتمام من والدته.

٥ ـ مشكلة نفسية يعانى منها الطفل فى المدرسة مثل السخرية والاستهزاء به من قبل المعلمين أو الاصدقاء ونحوها.

■■■



